ENTERED
KSR02B139 C

ప్రజాశక్తి
ఆదివారం అనుబంధం
సెప్టెంబర్ 25, 2016

కాన్వెంట్‌లోనూ ఫస్టే

కథా నిలయం
E
శ్రీకాకుళం

రెండో బాల్యం

KS202-13139
CI

రీల్ పై రియల్ పేర్లు

సినిమాల్లో సాధారణంగా పాత్రనుబట్టి తారల పేర్లు రీపుదిద్దుకుంటాయి. బాలీవుడ్‌లో చాలా మంది తారలకి పాత్రోచితమైన పేర్లే మంచి గుర్తింపునిచ్చాయి. ఒక్కో చిత్రంలో ఒక్కో పేరుతో అభినయించిన ఆ ట్రెండ్‌కి భిన్నంగా తారల అసలు పేర్లే కొన్ని చిత్రాల్లో పాత్రల పేర్లయ్యాయి. యంగ్ అండ్ డైనమిక్ రోల్‌లో ఆలియా నటించిన చిత్రం 'షాన్‌దార్'. ఈ చిత్రంలో ఆలియా ఆ పేరుతోనే నటించింది. బాలీవుడ్‌లో హీరోగా సూరజ్ పాంచోలి అరంగేట్రం చేసిన తొలి చిత్రం 'సూరజ్'. ఈ చిత్రానికే కాదు హీరో పాత్రకీ తన అసలు పేరే స్థిరపడింది. అభిషేక్ బచ్చన్ ద్విపాత్రాభినయంతో వచ్చిన 'బోల్ బచ్చన్'లో తన పేరుతో ఒక పాత్ర పోషించాడు అభిషేక్ బచ్చన్. ప్రపంచ సుందరి సుస్మితాసేన్ 'దస్తక్'లో అదే పేరుతో నటించారు. 'కహానీ'లో తొలిసారిగా తన పేరుతోనే అభినయించిన విద్యాబాలన్ 'పా'లో అమితాబ్ తల్లి పాత్రలో 'విద్య' పేరుతో నటించింది. 'బోర్డర్'లో ప్రీతి పేరుతోనే నటించింది ప్రీతి జింతా. హలో బ్రదర్, బాదల్ చిత్రాల్లో రాణీముఖర్జీ తన సొంతపేరుతో అభినయిస్తే 'యు మి ఔర్ హమ్', ఇష్క్, ఫూల్ ఔర్ కాన్‌టే, సుహాగ్ వంటి చాలా చిత్రాల్లో ఆ పేరుతోనే నటించాడు అజయ్ దేవ్‌గణ్. సల్మాన్ ఖాన్ (సనమ్ బేవఫా), ఊర్మిళ మంతోడ్కర్ (కున్వార), అమీర్ ఖాన్ (రాఖ్)చిత్రాల్లో క్యారెక్టర్ పేర్లు తారల అసలు పేర్లే.

అమీర్ ఖాన్

సుస్మితాసేన్
విద్యాబాలన్
సల్మాన్ ఖాన్

KSR01 13139
ENTERED

లక్షలు వద్దనుకుని...

కట్టుబాట్లు, ఆచారాల పేరిట గ్రామీణ ప్రాంతాల్లో అమ్మాయిలపై ఆంక్షలు విధిస్తుంటారు. ఇప్పటికీ కొన్ని ప్రాంతాల్లో ఇలాంటివి కొనసాగుతుండడంతో పేదింటి పిల్లలు విద్యకి దూరమవుతున్నారు. ఆడపిల్లల చదువు ఆ కుటుంబానికి వెలుగునిస్తుంది. రాయ్ బరేలీలోని ఓ మారుమూల గ్రామానికి చెందిన పూజ మిశ్రా విద్య ఆ గ్రామం మొత్తానికీ వెలుగునిస్తోంది. ఉన్నత చదువు, విదేశాల్లో ఉద్యోగంతోపాటు ఐఐఎమ్‌లో బిజినెస్ మేనేజ్‌మెంట్ పూర్తిచేసినా విలాసవంతమైన జీవితాన్ని వదిలి గ్రామ పరిస్థితుల్లో మార్పుకి కృషిచేస్తోంది.

ఉత్తరప్రదేశ్‌లోని ఓ మారుమూల గ్రామం పురాసి. ఆ గ్రామానికి చెందిన అమ్మాయి పూజా మిశ్రా. తండ్రి ఆమెని బాగా చదివించాలనుకున్నాడు. గ్రామంలో ప్రాథమిక విద్యనందించేందుకు ఒక్క బడి కూడా లేకపోవడంతో పూజ చదువు కోసం ఆ కుటుంబం మొత్తం లక్నో నగరానికి వెళ్లాల్సి వచ్చింది. చదువులో ముందుండే పూజ నగరంలో లభించిన అవకాశాలన్నిటినీ వినియోగించుకుంటూ విద్యని పూర్తి చేసుకుంది. అమెరికాలో ఓ మంచి కంపెనీలో ఉద్యోగం రావడంతో ఆరేళ్లపాటు అక్కడే పని చేసింది పూజ. బిజినెస్ మేనేజ్‌మెంట్ పూర్తిచేయాలనే ఆశయంతో స్వదేశానికి తిరిగొచ్చాక గ్రామంలోని తన అక్క చెల్లెళ్ల జీవితంలో ఏమార్పూ రాకపోవడం తనని కలచివేసింది. ఆర్థిక సమస్యలతో పాటు, బాల్యవివాహాలు ఇంకా గ్రామంలో కొనసాగుతూనే ఉన్నాయి. వీటితో పాటు గ్రామంలోని కట్టుబాట్లు ఆచారాల కారణంగా అమ్మాయిలు చదువుకి దూరమౌతున్నారని తెలుసుకుంది పూజ. ఇలాంటి పరిస్థితుల్లో మార్పు తేవాలని అప్పుడే నిర్ణయించుకుంది. ఐఐఎమ్ కోల్‌కతాలో బిజినెస్ మేనేజ్‌మెంట్ పూర్తిచేశాక లక్షల జీతంతో పెద్ద కంపెనీల్లో అవకాశాలు వచ్చాయి. తన బ్యాచ్‌లో అంత మంచి ఉద్యోగం పూజాకి మాత్రమే రావడంతో స్నేహితులు ఆమెని ఉద్యోగంలో చేరిపొమ్మని సలహా ఇచ్చారు. కానీ తనలానే తన గ్రామంలోని చిన్నారులందరూ విద్య ద్వారా ఉన్నత అవకాశాల్ని అందుకోవాలనుకుంది పూజ. పేద విద్యార్థులకి విద్యనందించేందుకు తన ఉద్యోగ అవకాశాలన్నిటినీ వదులుకుంది. తన భర్త శశాంక్ శుక్లాతో కలిసి పురాసి గ్రామంలో గురుకుల్ పాఠశాలని ప్రారంభించింది. గ్రామాల్లో తల్లిదండ్రులు పనికెళ్లడంతో తన కంటే చిన్న వారిని చూసుకోవాల్సిన బాధ్యత కూడా కొన్ని కుటుంబాల్లో పిల్లలపైనే పడుతుంది. బడికి చేరుకోడానికి 25 కి.మీ ప్రయాణం, పేదరికం కారణంగా చాలమంది పిల్లలు వారానికి రెండు మూడు రోజులే బడికొచ్చేవారు.

అనారోగ్య సమస్యలతో బడి మానేవారు మరికొందరు. ఆడపిల్లల్ని చదివించాలంటూ గ్రామంలో పూజ నిర్వహించే అవగాహనా కార్యక్రమాల్లో కుటుంబసభ్యులు కూడా తోడ్పాటునందించేవారు. ఆటపాటల మధ్య పిల్లలకి వత్తిడి లేకుండా చదువునందిస్తుండటంతో పిల్లలు బడికొచ్చేం దుకు ఇష్టపడుతున్నారు. తొలి దశలో 23 మందితో మొదలైన గురుకుల్ పబ్లిక్ స్కూల్‌లో ప్రస్తుతం వేలాది మంది విద్యార్థులున్నారు. ఐఐఎమ్‌లో పూజతో కలిసి చదివిన తన మిత్రులు, నిష్ణాతులైన ఉపాధ్యాయులు వీరికి విద్యని బోధిస్తున్నారు.

నాణ్యమైన విద్యనందించడంతో పాటు పిల్లలందరూ ప్రపంచ స్థాయి అవకాశాల్ని అందుకునేందుకు కంప్యూటర్,సైన్స్ ల్యాబ్, ల్యాప్‌టాప్, లైబ్రరీ వంటి సదుపాయాల్ని అందుబాటులోకి తెచ్చారు. ఆహారంతో పాటు పిల్లలకి స్కూల్ యూనిఫామ్, పుస్తకాలు అన్నీ ఉచితంగానే అందిస్తారు. పిల్లల స్కూల్ ఫీజు నెలకి 100 రూపాయలు. అది స్కూల్ మెయింటెనెన్స్ కోసమే. ఇది కూడా చెల్లించలేక పోతే ఉచితంగానే చదువుచెబు తారు. 99 శాతం ఉత్తీర్ణత సాధిస్తున్న గోకుల్ పాఠశాలలో ప్రతి ఏటా కొత్తగా విద్యార్థులు వచ్చి చేరుతున్నారు. అదనంగా తరగతి గదుల నిర్మాణం, 2011లో గ్రామంలో నిర్మించిన కళాశాల నిర్వహణ కోసం దాతలు అందించే విరాళాలతో పాటు ఆన్‌లైన్ ఫండ్ రైజింగ్ క్యాంపెయిన్‌ని నిర్వహిస్తున్నారు పూజ.అందుకోసం తను నివసించే లక్నో నుండి పురాసి గ్రామానికి 80 కి.మీ ప్రయాణం చేయాల్సి ఉంటుంది. ఎలాంటి ఒడిదొడుకుల్నీ లెక్కచేయకుండా గ్రామంలో నూరు శాతం అక్షరాస్యత సాధించే లక్ష్యం కోసం ముందుకు సాగుతోంది పూజ.

ఇండెక్స్

స్ఫూర్తి.................3
చెట్టు డాక్టర్

స్టార్........4
కాన్వెంట్‌లోనూ ఫస్టే

కార్టూన్ పంచ్......... 5

వింత లోకం..........10
ఓటు వద్దన్నా

ప్రత్యేకం............... 11
ఈ సంగీతం ప్రత్యేకం

కవిత్వమ్..............14
వీరులు

రెండో బాల్యం

అట్టమీది కథ...6

సందర్భం - 12
గెలిచింది ఒక్క పోటీల్నే కాదు

కథ 16
కంచె

తెలుసా..................19
యాత్రా ప్రపంచం

కొత్త పుస్తకాలు 20
విలక్షణ సంకలనం

రుచి.....................21
చిల్లీ మష్రూమ్

బాల నేస్తాలు.............23
చీమల్ని పట్టే పెద్ద జంతువు

పద వికాసం.........24

ఆకట్టుకున్న మనీషా

మనీషా కథ కొంచెం ట్రిక్కీగా వున్నా బాగా హ్యాండిల్ చేయడం నాకు నచ్చింది. కథ ముగింపు కూడా బావుంది. వాస్తవానికి అటువంటి పరిస్థితిలో ఎవరు ఎలా ప్రవర్తిస్తారో తెలీదుగానీ, ఊహ మాత్రం ఉన్నతంగా ఉంది.

- కాకర్లమూడి విజయ్‌కుమార్, హైదరాబాద్

మంచంలో ఉన్న భర్త మనోభావాలు ఎలా ఉండి ఉంటాయో అన్న ఆలోచన కారణంగా సహజంగానే మగాడి మనసు భిన్నంగా ఉంటుంది. 'మనిషా' కథలో ఆదర్శ మనస్తత్వం ఉన్న వ్యక్తులు ఇలాతలంలో అరుదు, తన మరణం తర్వాత కూడా తన జ్ఞాపకాలలోనే జీవించాలని కోరుకుంటూ ఉంటారు.

- శమంతకమణి దుత్తా, విజయవాడ

పేదింటి సాకర్

రియో ఒలింపిక్స్‌లో పతకాలు సాధించిన క్రీడాకారుల వార్తలు హోరెత్తిస్తున్నాయి. క్రీడాకారులుగా రాణించాలంటే ఎంతో కృషిచేయాల్సి ఉంటుంది. ప్రభుత్వ ఆదరణ లేకున్నా స్వయంకృషితో అండర్ 14 బాలికల టీమ్ కెప్టెన్ స్థాయికి చేరుకున్న మీనా కుమారి

జీవిత విషయాలు కళ్లను చెమర్చాయి.

ప్రత్యేకించి నేరస్తుల కోసమే జైళ్ల ఏర్పాటు చేసినా పురాతనమైన జైళ్లను మ్యూజియంగా మార్చి, అందరికీ జైలు జీవిత అనుభవాన్ని అందించే ఆలోచన ఆశ్చర్యపరిచింది. యాభై సంవత్సరాల వయస్సులో బిపిన్ అగ్ని ప్రమాదాల నుండి బాధితులని రక్షించడం అభినందనీయం. పారాలింపిక్స్ పోరు, మనీషా కథ, అలా పాస్, పింక్ ఆటోస్ నిలువెత్తు స్మశానాలు, భూమికి గొడుగు, అట్టమీది కథ బాగున్నాయి.

- శిరీష, విజయవాడ

నిండు నూరేళ్ల గానం

11-09-2016 స్నేహ సంచికలో వచ్చిన అట్టమీది కథ 'నిండు నూరేళ్ల గానం' నన్ను అబ్బురపరిచింది. భక్తిరస మధుర గాయని గాత్రం నుంచి మంగళకరమైన, మధురమైన, మంజులమైన దివ్యగానామృతంలో ముంచెత్తిన ఎమ్.ఎస్. సుబ్బులక్ష్మిగారి ప్రతిభాపాటవాలను గురించి కొత్త విషయాలు వెలుగులోనికి తీసుకురావడం వ్యాసకర్తని అభినందించదగ్గ విషయం. సుబ్బులక్ష్మిగారు కారణ జన్ములు. ఆమె సంగీత గానకోకిల. ఆమె పాటల మాధుర్యాన్ని చవిచూడని వారుండరు.

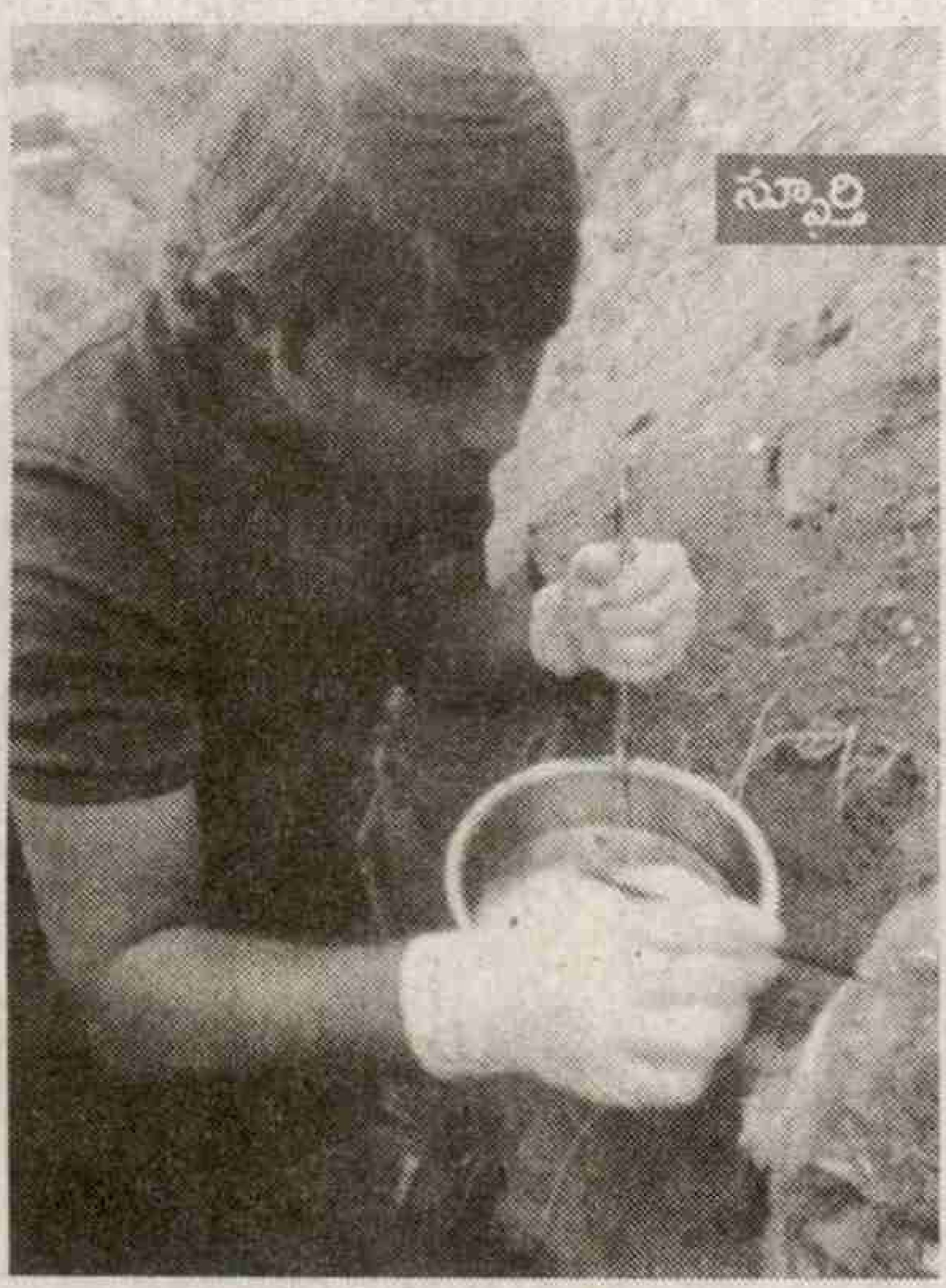
- కై.ప నాగరాజు, అనంతపురం

పారాలింపిక్స్ పోరు

బ్రెజిల్‌లో అట్టహాసంగానే కాక స్ఫూర్తివంతంగా సాగిన పారాలింపిక్స్‌లో పోటీపడిన క్రీడాకారుల విజయ సమాహారం 'పారాలింపిక్స్ పోరు' ఆకట్టుకుంది. సాంటోస్ నగరంలోని మెమోరియల్ నెక్రోపోల్ ఎక్యుమెనికాగా పిలిచే 32 అంతస్తుల స్మశాన వాటిక వివరాలు ఆశ్చర్యపరిచాయి. రణతంబోర్ రాణి, జోర్డాన్ ఎడారి ప్రాంతంలోని గుహానగరం, స్వఛ్ఛంద ఫైర్ ఫైటర్, నిండు నూరేళ్ల గానం, జోక్స్, కార్టూన్ పంచ్ బాగున్నాయి.

- పద్మప్రియ, ఒంగోలు

సంచికపై మీ అభిప్రాయాలను పంపాల్సిన చిరునామా: స్నేహ, ప్రజాశక్తి, డోర్ నెం: 27-30-4, ఆకుల వారి వీధి, గవర్నర్ పేట, విజయవాడ.-520002.
మెయిల్ అడ్రస్ : snehaweekly.praja@gmail.com



చెట్టు డాక్టర్

ప్రతి ఒక్కరూ తాము నివసించే నగరం పచ్చగా ఉండాలని కోరుకుంటారు. కానీ ఎలా, ఏమిటి, ఎక్కడ అనేది మాత్రం తెలియదు. అదే చెట్ల గణాంకాలను చేపట్టి వాటి వివరాలను ఇస్తే ఏ చెట్టుకు చికిత్స చేయాలి. ఏ ప్రాంతంలో పచ్చదనాన్ని ఇట్టే మెరిపించాలి అనేది తెలుస్తుంది దాని ద్వారా ఆయా ప్రాంతాలలో పర్యావరణాన్ని రక్షించడమే కాకుండా పచ్చదనాన్ని కూడా పెంచి పోషించవచ్చు. భవిష్యత్ తరాలకు ఆరోగ్యకరమైన వాతావరణాన్ని అందించవచ్చు. ఇది ఏ ఒక్కరి వలనో సాధ్యమయ్యేది కాదు. ప్రతి ఒక్కరూ తనవంతు సహకారాన్ని చెట్టు డాక్టర్‌లకు అందించాలి. అలాంటివారు కూడా ఉంటారా? అని ఆశ్చర్యపోకండి. ఉన్నారు. దెబ్బతింటున్న చెట్లకు వైద్యం చేస్తూ సరికొత్త ఆలోచనతో పర్యావరణాన్ని కాపాడుతున్నాడు విజయ్ నిశాంత్.

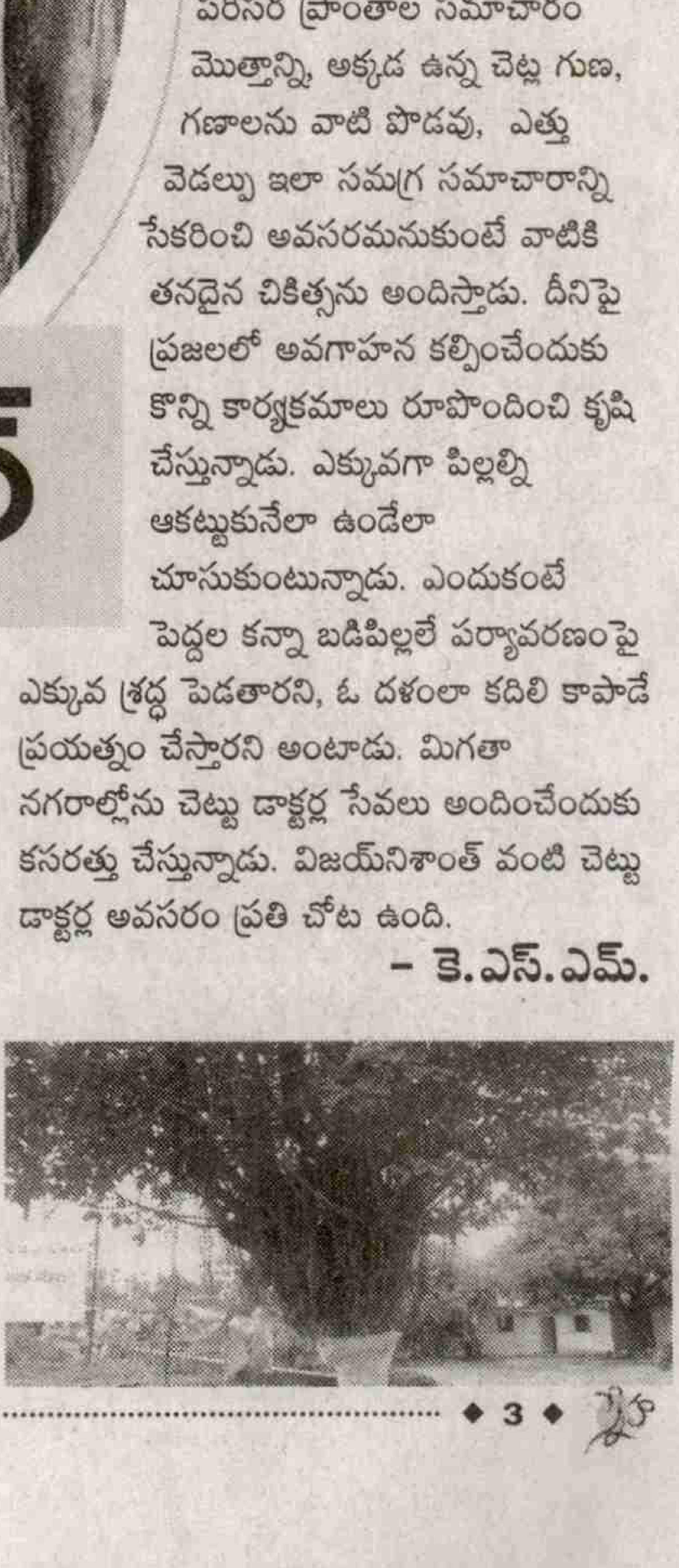
దాపు దశాబ్ద కాలానికి పైగా బెంగళూరులోని బిబిఎంపి విభాగంలో పనిచేస్తున్నాడు విజయ్ నిశాంత్. జీవం కోల్పోతున్న చెట్లను గుర్తించి ప్రతి చెట్టుకు తనదైన చికిత్సను అందిస్తూ పచ్చదనపు ప్రాణాన్ని నిలబెడుతున్నాడు. చెట్లను పరిరక్షించేందుకు అవిశ్రాంతంగా కృషి చేస్తున్నాడు. బిబిఎంపి పరిధిలో ఇప్పటి వరకు 8000 చెట్లను జీపిఎస్ టెక్నాలజీతో నమోదు చేశాడు. వాటిలో ఏవి జబ్బు పడినా తక్షణమే అక్కడకు వెళ్లి వాటికి చికిత్సనందించి చిగురింపచేస్తున్నాడు. బెంగళూరులోని ఓ ఇంటి యజమాని మూఢనమ్మకంతో విషం ఎక్కించి చంపడానికి ప్రయత్నించిన ఒక చెట్టుకు విజయ్ నిశాంత్ చికిత్సనందించాడు. అనారోగ్యంతో ఉన్న మనుషులకు ఎలాగైతే చికిత్స అవసరమో మోడువారిపోతున్న చెట్లకు కూడా అలాంటి చికిత్స అవసరమంటాడు. జీవం కోల్పోయే దశలో ఉన్న చెట్టు అతని కంట పడిన వెంటనే దాని వేళ్ల దగ్గర శుభ్రం చేస్తాడు. వాటికి అయిన గాయాలను తుడుస్తాడు. ఆ తర్వాత అక్కడ ఉన్న ఇన్ఫెక్షన్‌ను పోగొట్టేందుకు మందులు రాసి ఆరెంజ్ ఆయిల్‌తో కృత్రిమ పొర ఏర్పడేలా చేస్తాడు. కాలక్రమంలో అది కోలుకుని జీవం పోసుకుంటుంది.

పర్యావరణ ప్రేమికులు, అధికారుల కళ్లు గప్పి కొంతమంది చెట్లను యథేచ్ఛగా కూలదోస్తుంటారు. ఎవరైనా పట్టించుకుంటారని తెలిస్తే అవి మోడు వారేలా విషాన్నిచ్చో మరే విధంగానైనా క్షీణించేలా చేస్తారు. అది అతి రహస్యంగా, నిదానంగా జీవం కోల్పోతుంది. ఇలాంటి చెట్లను పైపైన చూసే గుర్తు పట్టేస్తాడు విజయ్. వాటికి వెంటనే చికిత్స చేసి అవసరమైతే రోజూ దాని బాగోగులు చూసుకుంటాడు. తన ఒక్కడి వల్ల కొంత పరిధికే సేవలు అందుతున్నాయని మరికొందరు పర్యావరణ పరిరక్షకులను పోగు చేసి 'ప్రాజెక్టు వృక్ష'ను ప్రారంభించాడు. ప్రాజెక్టు వృక్ష ఒక ఆన్‌లైన్ పోర్టల్. ఇది 2010లో ప్రారంభమైంది. బెంగళూరులోని జయనగర నియోజక వర్గంలో చెట్లకు గణాంకాలను చేపట్టడంలో దీని ప్రయాణం మొదలైంది. ఒక్కో ప్రాంతంలో ఎన్ని చెట్లున్నాయి, మొక్కలు ఎక్కడ లభిస్తాయనే విషయాలతో పాటు అక్రమంగా చెట్ల నరికివేత, చెట్లపై నిర్లక్ష్యంగా వ్యవహరిస్తున్నవారిపై ఎలాంటి చర్యలు ఎవరి ద్వారా తీసుకోవచ్చో ఒక్క క్లిక్ సాయంతో తెలుసుకోవచ్చు. అలాగే ఔత్సాహికులు తమ ప్రాంతాల్లోని చెట్లని ఏవిధంగా సంరక్షించుకోవచ్చనే వివరాల్ని తెలుసుకోవచ్చు. అవసరమైతే చెట్టు డాక్టర్ సేవల్ని పొందవచ్చు. ప్రాజెక్టు వృక్ష కార్యక్రమాలకు మంచి స్పందన వచ్చింది. బిబిఎంపి కూడా ఈ ప్రాజెక్టుకు బడ్జెట్ కేటాయించేందుకు అంగీకరించింది. కానీ రాజకీయ అనుకూలతలు లేని కారణంగా 2, 3 సంవత్సరాలు ఎటువంటి కార్యక్రమాన్ని చేపట్టలేదు. తిరిగి 2013 లో పునరుత్తేజాన్ని పొందింది. అడుగు ముందుకేసింది. 2015లో కొన్ని వెబ్‌సైట్లను కూడా రూపొందించింది.

జియో ట్యాగింగ్‌తో..

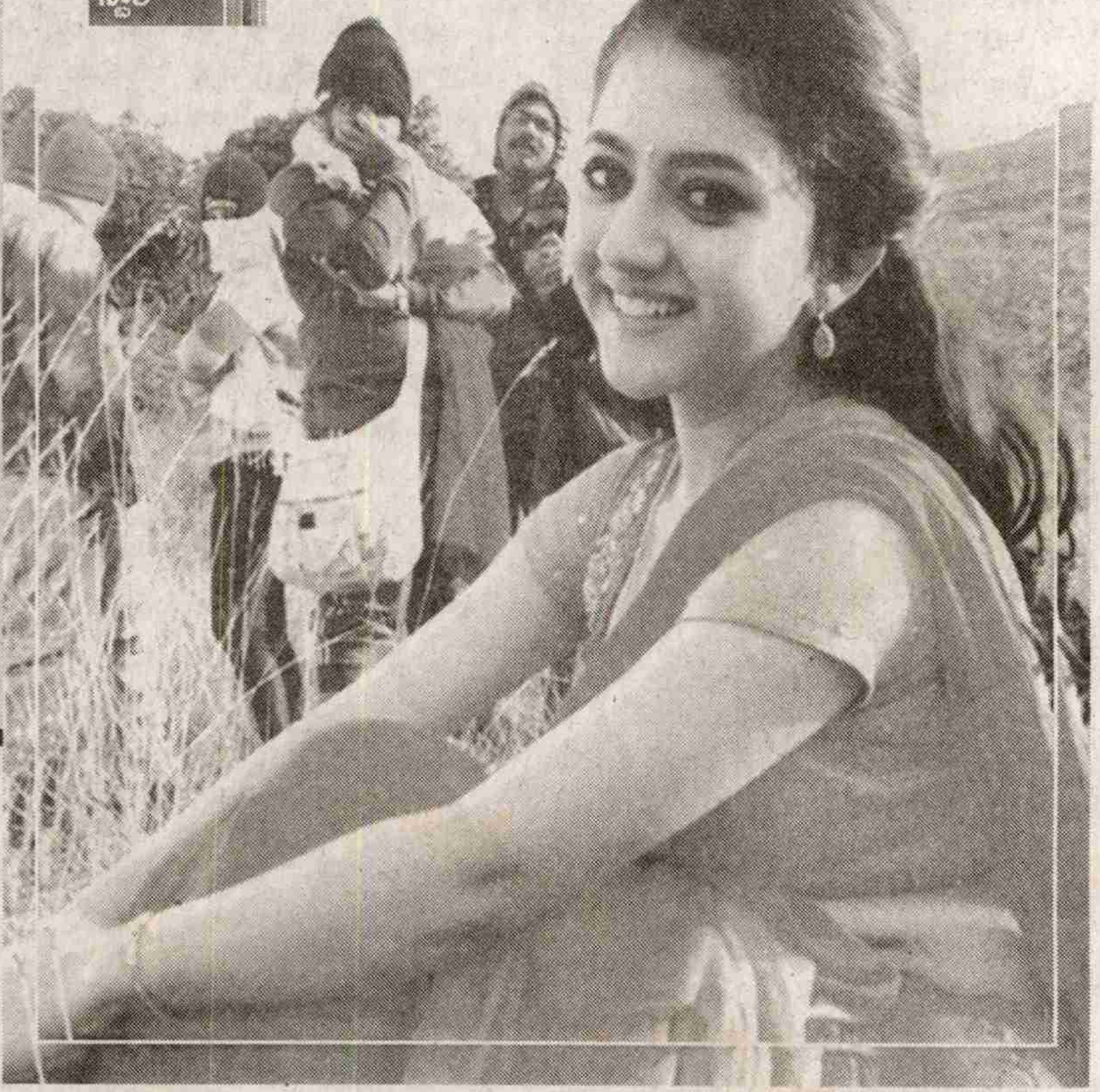
కర్ణాటక వృక్ష సంరక్షణ చట్టం క్రింద బిబిఎంపి కూడా ప్రతి నాలుగు సంవత్సరాలకు ఒకసారి గణాంకాలను సేకరిస్తుంది. కానీ ఈ గణాంకాలు చెట్లకు సంబంధించి అంత కచ్చితమైన సమాచారాన్ని ఇవ్వవంటుంది ప్రాజెక్ట్ వృక్ష. తాను నిర్వహిస్తున్న ఈ పోర్టల్ ఆధారంగా కేవలం వృక్ష జాలాన్నే కాకుండా జంతు జాలానికి కూడా సేవలు అందిస్తున్నారు. చెట్లకు సంబంధించిన జీపిఎస్ లొకేషన్‌ను ముందుగా నమోదు చేసి తర్వాత తన బృందంతో అక్కడకు చేరుకుంటాడు విజయ్. జియో ట్యాగింగ్‌తోపాటు చెట్ల చిత్రాల్ని డిజిటల్‌గా భద్రపరుస్తారు. ఆ ప్రాంతంలో పరిసర ప్రాంతాల సమాచారం మొత్తాన్ని, అక్కడ ఉన్న చెట్ల గుణ, గణాలను వాటి పొడవు, ఎత్తు వెడల్పు ఇలా సమగ్ర సమాచారాన్ని సేకరించి అవసరమనుకుంటే వాటికి తనదైన చికిత్సను అందిస్తాడు. దీనిపై ప్రజలలో అవగాహన కల్పించేందుకు కొన్ని కార్యక్రమాలు రూపొందించి కృషి చేస్తున్నాడు. ఎక్కువగా పిల్లల్ని ఆకట్టుకునేలా ఉండేలా చూసుకుంటున్నాడు. ఎందుకంటే పెద్దల కన్నా బడిపిల్లలే పర్యావరణంపై ఎక్కువ శ్రద్ధ పెడతారని, ఓ దళంలా కదిలి కాపాడే ప్రయత్నం చేస్తారని అంటాడు. మిగతా నగరాల్లోను చెట్టు డాక్టర్ల సేవలు అందించేందుకు కసరత్తు చేస్తున్నాడు. విజయ్‌నిశాంత్ వంటి చెట్టు డాక్టర్ల అవసరం ప్రతి చోట ఉంది.

- కె.ఎస్.ఎమ్.



'జై చిరంజీవా' సినిమా టీవీలో వేసిన ప్రతిసారీ అందులోని చిన్నారి మోము టక్కున గుర్తొస్తుంది. ఆ చిన్నారే హీరోయిన్ అయిందంటే అవునా అని ఆశ్చర్యపోతున్నారు సినీ అభిమానులు. బాల నటిగా సెంట్ మార్కులు కొట్టేసిన ఆ చిన్నారి శ్రియా శర్మ ఇప్పుడు నటనలో కాన్వెంట్ స్థాయిలోను ఫస్ట్ వచ్చేసింది. 'నిర్మలా కాన్వెంట్' చిత్రంతో అప్పటి చిన్నారులు నేటి యూత్‌కు మరింత దగ్గరయ్యింది. టీవీ సీరియళ్లతో ఇంటింటికీ బాగా పరిచయమున్న శ్రియా ఇప్పుడు వెండి తెర తారగా కొత్త చిరునామాకు మారింది.

స్టార్

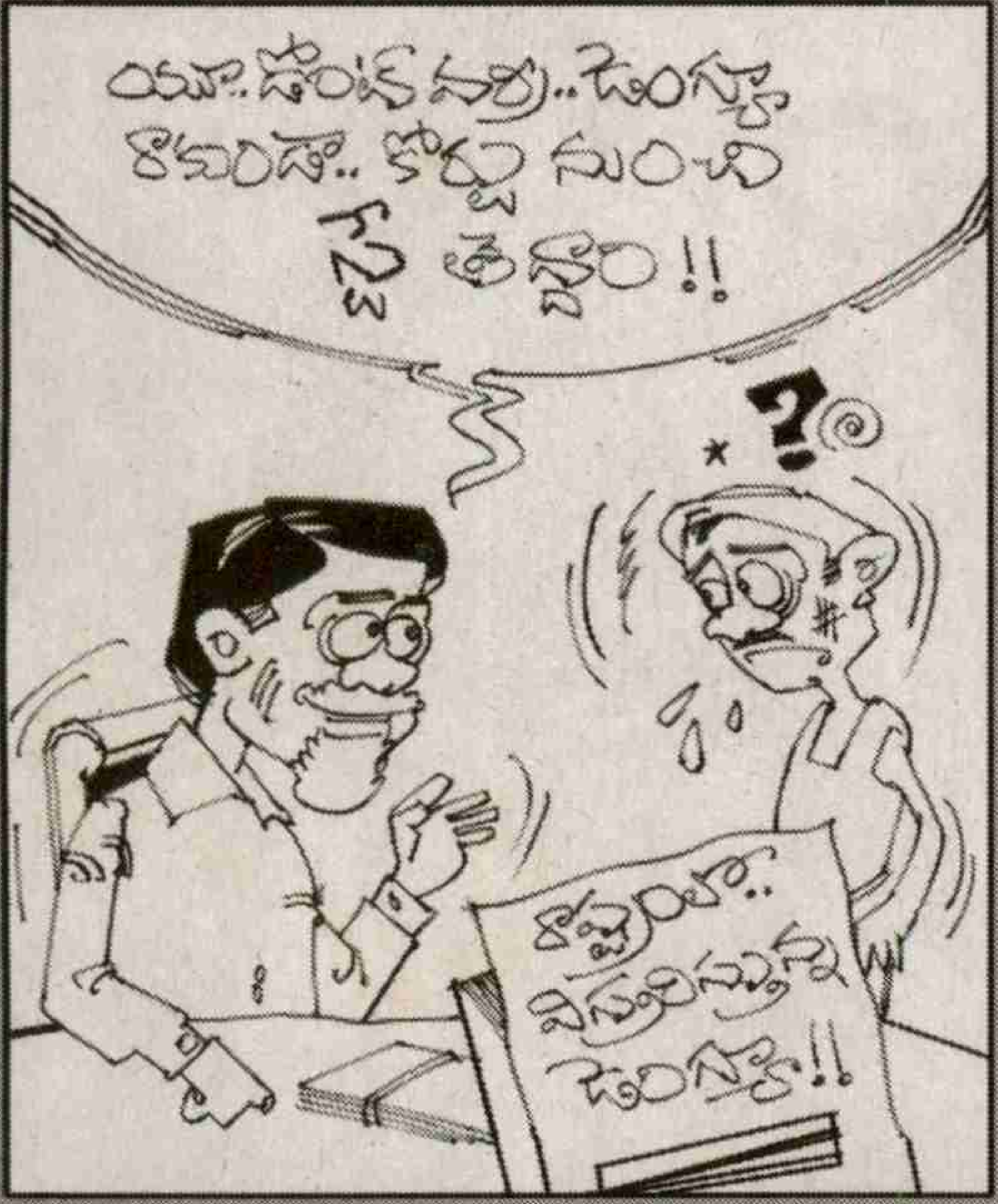


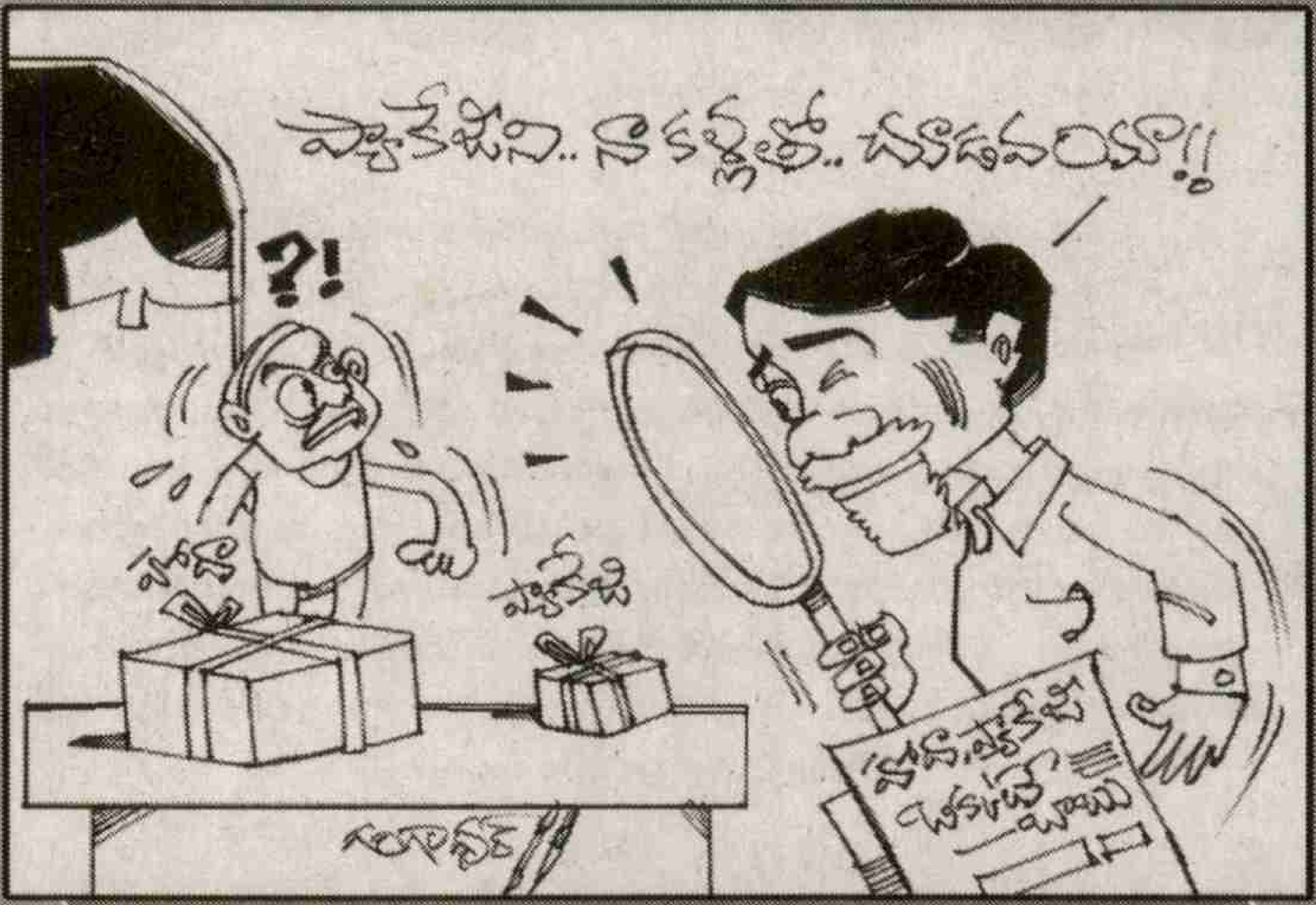
కాన్వెంట్‌లోనూ ఫస్టే

- శ్రియా శర్మ బాల నటిగా, ఇప్పుడు హీరోయిన్‌గా జనాలకు బాగానే తెలుసు కానీ ఫ్యాషన్ ప్రపంచంలోను పాపులర్ మోడల్ అన్న విషయం తక్కువ మందికే తెలుసు.
- హిమాచల్ ప్రదేశ్‌లోని పాలంపూర్‌లో పుట్టిన శ్రియా టీవీ సీరియళ్ల ద్వారా దేశంలోని ఇంటింటికీ తెలిసింది.
- శ్రియా తండ్రి వికాస్ శర్మ ఇంజినీర్, తల్లి రీతూ శర్మ డైటీషియన్. తాత, బామ్మలు రిటైర్డ్ టీచర్, న్యాయవాదులు. ఇలా వివిధ వృత్తుల్లో స్థిరపడిన ఆ కుటుంబంలో శ్రియే సృజన రంగంలోకి అడుగుపెట్టింది.
- సినిమాకు సంబంధం లేని కుటుంబమే అయినా గడుగ్గాయిగా తెగ అల్లరి చేస్తున్న శ్రియాలోని నటనాసక్తిని గమనించి తల్లిదండ్రులే ఆమె కెరీర్‌ను మలిచారు.
- మూడేళ్ల వయస్సులో 'కన్నయ్య' టీవీ సీరియల్లో తొలిసారి నటనలోకి బుడిబుడి అడుగులు వేసింది. అది మొదలు 16 ఏళ్లుగా ఏదో ఒక రకంగా నటనా రంగంలోనే ఉంటోంది.
- బాల నటిగా స్టార్‌డమ్ హిందీ సీరియళ్ల ద్వారా వచ్చినా ఆమె ప్రతిభను గుర్తించి తొలిసారి హీరోయిన్‌గా అవకాశమిచ్చింది తెలుగులోనే.
- కమల్ జి. దర్శకత్వంలో వచ్చిన 'గాయకుడు' హీరోయిన్‌గా ఆమె తొలి చిత్రం. అలీ రెజాతో కలిసి ఈ చిత్రంలో నటించింది.
- హీరో శ్రీకాంత్ కొడుకు రోషన్ సినీ అరంగ్రేటం చిత్రం 'నిర్మలా కాన్వెంట్'లో హీరోయిన్‌గా ఆమెను తీసుకున్నారు.
- రోషన్‌తోపాటు శ్రియాకు కూడా నటన పరంగా మంచి మార్కులే పడ్డాయి.
- శ్రియా నటనలోనే కాదు చదువులోను బ్రిలియంట్. ఐసిఎస్ఈ టెన్త్‌లో 95 శాతం, సీబీఎస్ఈ ట్వెల్త్ స్టాండర్డ్‌లో 91 శాతం మార్కులతో అదరగొట్టింది.
- ప్రస్తుతం ముంబై విశ్వవిద్యాలయంలో న్యాయ శాస్త్రాన్ని అభ్యసిస్తోంది.
- స్టార్ ప్లస్‌లో బాగా పాపులర్ అయిన టీవీ సీరియల్ 'కసౌటీ జిందగీ కా'లోని 'స్నేహ' పాత్ర ద్వారా బాల నటిగా విశేష అభిమానుల్ని దక్కించుకుంది.
- అదే చిరంజీవి చిత్రమైన జై చిరంజీవా'లో అవకాశం కల్పించింది. అలా 2005లో తెలుగు వారికి పరిచయమైంది. అప్పుడామె వయసు ఆరేళ్లు. పెద్ద స్టార్‌తో చేయడం అదే తొలిసారి కూడా.
- బాల నటిగా షారుక్, అజయ్ దేవ్‌గన్, రజనీకాంత్ వంటి సూపర్ స్టార్‌ల సినిమాల్లో నటించి వారిని మెప్పించి అభిమానాన్ని దక్కించుకుంది.
- రోబో, చిల్లర్ పార్టీ వంటి చిత్రాలు జూట్ బోలే కవ్వా ఖాతే, నాక్ ఔట్, తోడా ప్యార్ తోడా మ్యాజిక్ వంటి సీరియళ్లు, టీవీ కార్యక్రమాల ద్వారా పాపులర్ అయ్యింది.
- దూకుడు, రచ్చ, తూనీగా తూనీగా, ఎటో వెళ్లి పోయింది మనసు వంటి తెలుగు చిత్రాల్లో చేసింది. ఆమె నటించిన కొన్ని హిందీ సీరియళ్లు తెలుగు, తమిళ, కన్నడ వంటి ఇతర భాషల్లోకి డబ్ అయ్యాయి.
- 'క్వీన్'లో కంగనా రనౌత్ పాత్ర, 'గజినీ'లో అసిన్ పాత్ర వంటి బలమైన పాత్రల్ని తను చేయాలనేది ఆమె కల. నటనకు ప్రాధాన్యతనిచ్చే పాత్రలపై ఆసక్తి చూపుతానని ఓ ఇంటర్వ్యూలో చెప్పింది.
- శ్రియాకు తూనీగలు, సీతాకోక చిలుకలంటే ప్రాణం. చిన్నప్పుడు తాతయ్యతో కలిసి తోట పనిని చాలా ఇష్టంగా చేసేది. అప్పుడే సీతాకోక చిలుకల ప్రపంచం చాలా దగ్గరైందామెకు.
- తేయాకు తోటలు, మంచు ముద్దలైన పర్వతాలతో కూడిన తన అమ్మమ్మ ఊరైన సులాహ్ చక్కటి ప్రకృతి ప్రాంతం. అది కూడా ఆమె మీద ప్రభావం చూపి పర్యావరణ ప్రేమికురాలైంది.తన అమ్మమ్మ ఊరంటే ఎంతిష్టమంటే శ్రియాకు స్విట్జర్‌ల్యాండ్ కన్నా అదే ఫేవరెట్ పర్యాటక ప్రాంతం.
- ఇంటి పచ్చళ్లంటే శ్రియాకు చాలా ఇష్టం. ఆ తర్వాతే మిగతా వంటకాలు.

– కొప్పుశెట్టి దేవరాజు

కార్టూన్ పంచ్





నవ్వుల్ - పువ్వుల్

బ్లాక్ కాఫీ

వెంగళప్ప ఓ ఫైవ్‌స్టార్ హోటల్‌కి వెళ్లి కాఫీ ఆర్డర్ చేశాడు.

వెయిటర్: బ్లాక్ కాఫీ తెమ్మంటారా సార్.

వెంగళప్ప: వేరే కలర్స్ ఏమున్నాయో చెప్పు ముందు.

ఏది పెద్దది

టీచర్: వినయ్! ఏనుగు పెద్దదా? చీమ పెద్దదా?

వినయ్ : మీరు వాటి డేటాఫ్ బర్త్ చెబితే ఏది పెద్దదో చెప్పొచ్చు.

కిసుక్కు

కిషోర్ : ఐ లవ్ యూ షీలా!

షీలా: నా చెప్పు సైజు తెలుసా?

కిషోర్: ఇలా ప్రపోజ్ చేశానో లేదో అప్పుడే గిఫ్టులు అడగడం మొదలు పెట్టావా...!

నిరూపించను

లాయర్: చూడు అప్పారావ్! మొన్న హత్య జరిగిన చోట నువ్వు లేవని నిరూపిస్తే శిక్ష తప్పుతుంది.

అప్పారావ్: నిజమే సార్. ఆ సంగతి నాకూ తెలుసు. అయినా ఆ రోజు నేను విశాఖ బీచ్‌లో నా గాళ్‌ఫ్రెండ్‌తో ఉన్నాను. ఈ మాట చెబితే కోర్టు వదిలేస్తుంది. కానీ మా ఆవిడ పట్టుకుంటుంది!

లంచము-శిక్ష

రాజు: లంచం తీసుకోవడం పొరపాటైంది...

వేణు: ఏమైంది!

రాజు: బల్ల కింద చేయి పెడితే ఐదొందలు చేతిలో పెట్టి ఉంగరం కొట్టేశాడు.

సూది మందు

వెంగళప్ప: డాక్టర్ పళ్లు లేని కుక్క కరిస్తే ఏం చేయాలి.

డాక్టర్: సూది లేని ఇంజక్షన్ వేసుకోవాలి.

బడి బాట

సుబ్బారావు: ఏం బాబూ! నిన్న సాయంత్రం వేగంగా పరిగెట్టుకుంటూ వెళ్తున్నావ్, ఇప్పుడింత నెమ్మదిగా నడుస్తున్నావ్? కాలికి దెబ్బ తగిలిందా?

బంటి: అప్పుడు స్కూల్ నుంచి వస్తున్నా, ఇప్పుడు స్కూల్‌కి వెళ్తున్నా!

తెలివి

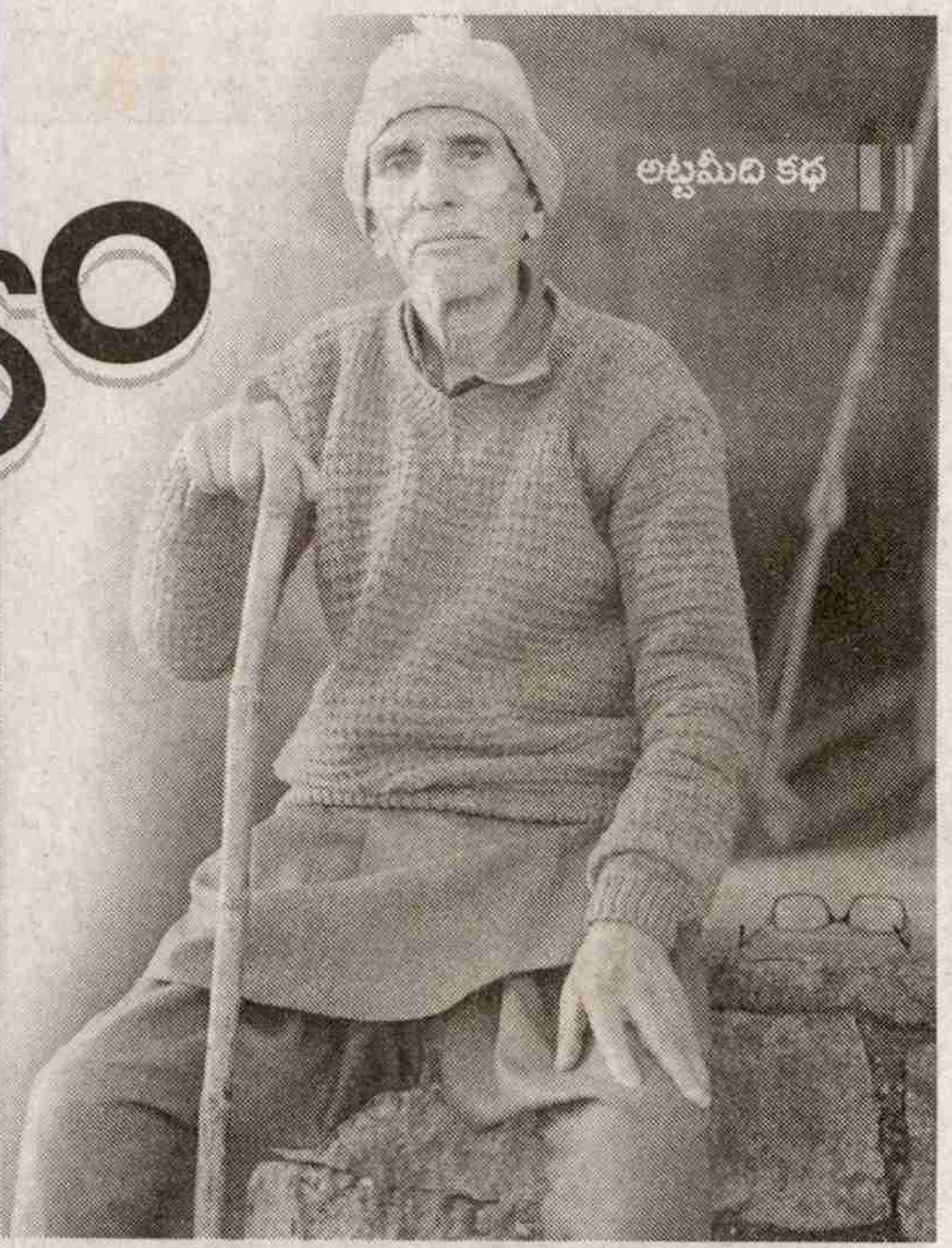
వాసు: అరేయ్ నా బ్యాగ్‌లో పళ్లు ఆరున్నాయి. అవేమిటో చెబితే అన్నీ ఇచ్చేస్తా.

అలాగే అవి ఏ రంగులో ఉన్నాయో చెబితే అందులో ఉన్న ఆరు యాపిల్స్ నీకే ఇస్తా.

వెంగళప్ప: అరేయ్ కొంచెం క్లూ ఇవ్వరా.......

రెండో బాల్యం

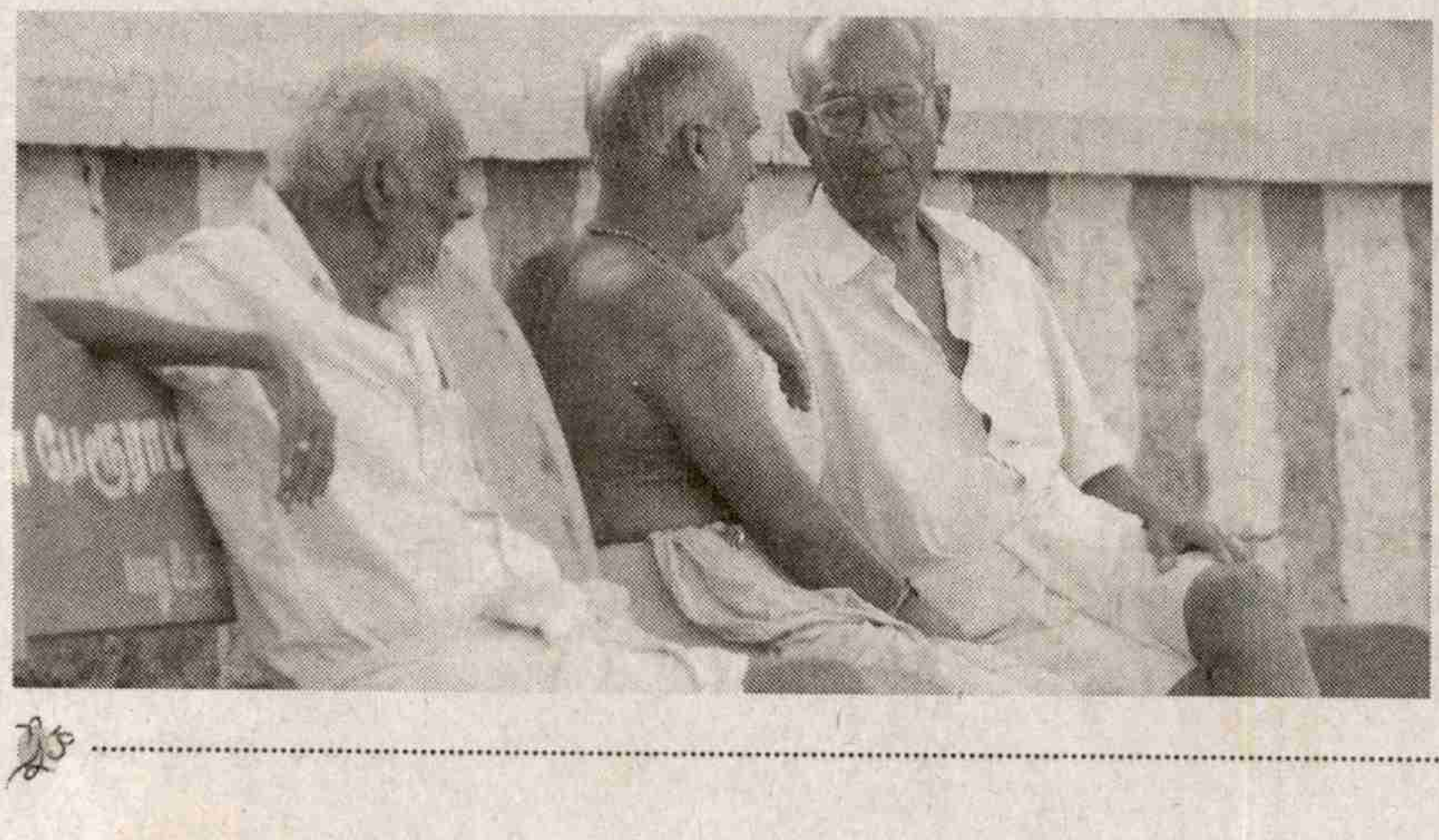
అట్టమీది కథ



జీవనయానంలో వృద్ధాప్యం ఎవరికైనా సహజం. అనివార్యం. ప్రతి ఒక్కరి జీవితంలోనూ బాల్యం, యవ్వనం, వృద్ధాప్యం అనే దశలు తప్పనిసరి. అయితే ఈ మూడింటిలో చరమాంకంలోకి నడిపించే వృద్ధాప్యం అంటే విముఖత చూపేవారే ఎక్కువ. బాల్యంతో సమానమైనది వృద్ధాప్యమేనని ఇది రెండో బాల్యం లాంటిదని ఎంతోమంది రచయితలు, కవులు, తత్వవేత్తలు చెబుతుంటారు. బాల్యంలో కుటుంబసభ్యుల నుంచి అందే ప్రేమానురాగాలకు అంతే ఉండదు. కానీ ఈ రెండో బాల్యంలాంటి వృద్ధాప్యంలో మాత్రం అందుకు భిన్నంగా నిరాదరణ, చీత్కరింపులు, కసురుకోవడం వంటివి అడుగడుగునా ఎదురౌతూనే ఉంటాయి. కొందరు వ ద్ధాప్యాన్ని శాపంగా పరిగణిస్తే, మరి కొందరు ప్రశాంత జీవితం గడిపే అద్భుతమైన అవకాశంగా భావిస్తారు. వృద్ధులందరికీ వారు ఆశించిన విధంగా ప్రశాంతమైన విశ్రాంత జీవితం లభించడం లేదనేది ఎవరూ కాదనలేని వాస్తవం.

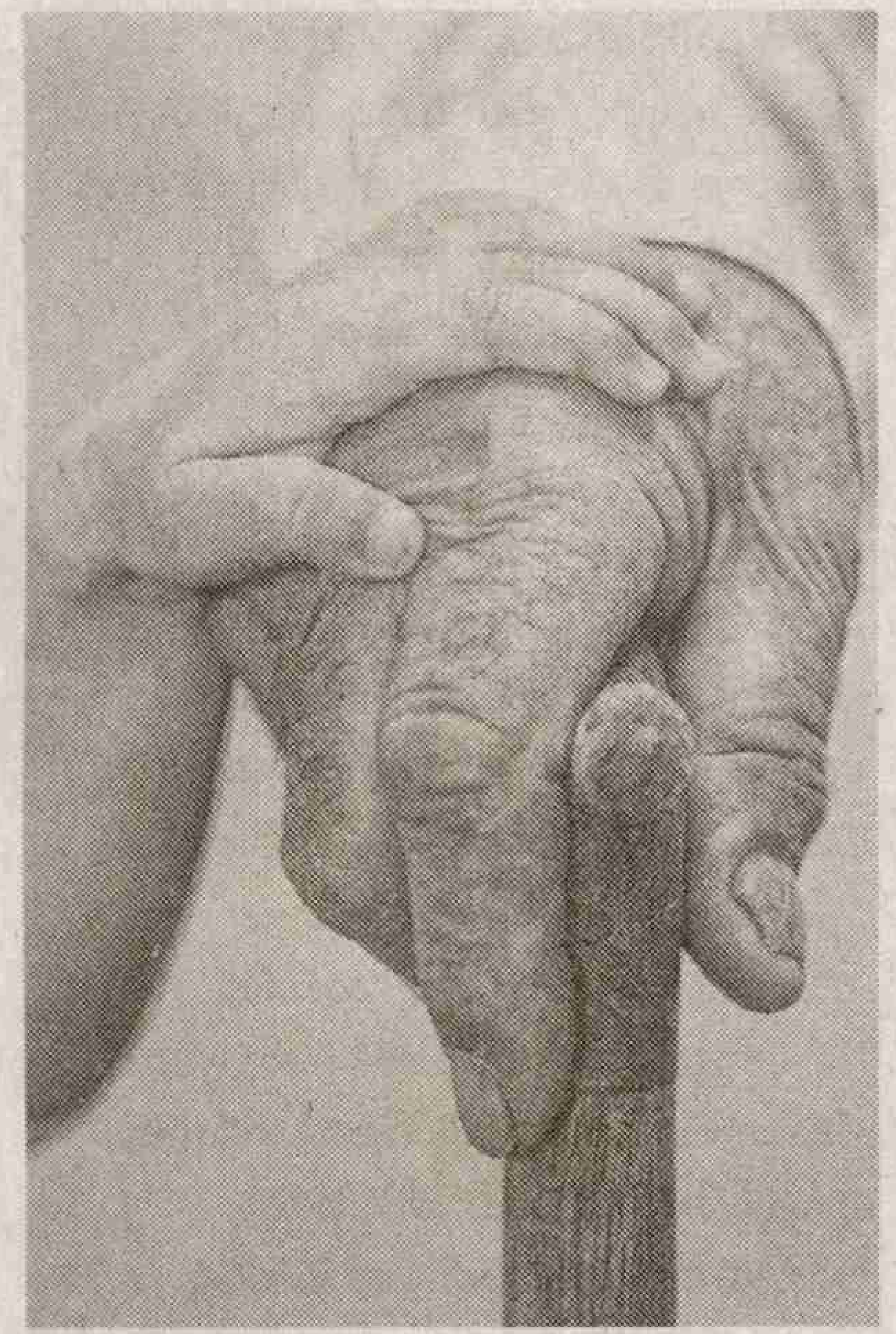
–బెందాళం క్రిష్ణారావు,
9493043888

ఒకప్పుడు మన దేశంలో ఉమ్మడి కుటుంబ వ్యవస్థ ఉండేది. వద్ధులకు చివరి రోజుల్లో మంచి ఆసరా ఉండేది. కానీ ప్రపంచీకరణ నేపథ్యంలో గ్రామీణ ఆర్థిక వ్యవస్థ విధ్వంసానికి గురైన ఆధునిక జీవన పరిస్థితుల్లో ఉమ్మడి కుటుంబాలు చాలా అరుదుగా కన్పిస్తున్నాయి. వ్యష్టి కుటుంబాల సంఖ్య బాగా పెరిగిపోయింది. దాంతో వృద్ధులకు రక్షణ కూడా కరువౌతున్నది. వృద్ధులంటే అనుభవం గలవారు. వారి అనుభవం ముందు తరాలకు ఎంతగానో అవసరముంటుంది. నేటి ఆధునికతతో వారి అనుభవాన్ని మేళవించినప్పుడు ఎంతో మేలు కలుగుతుంది. అలాంటిది వారి అనుభవాలు పంచుకునేవారు తక్కువయ్యారు. అదే సమయంలో ఉద్యోగాల కోసమో, ఉపాధి కోసమో ఎక్కువ మంది వేరే ప్రాంతాలకు వలస వెళ్లిపోతుండడం వల్ల వృద్ధులకు నిరాదరణ ఎదురౌతోంది. మన దేశంలో పట్టణ జనాభాలో దాదాపు 80 శాతం మంది ప్రజలు అసంఘటిత రంగంలోనే పని చేస్తున్నారు. వారికి వచ్చే అల్పమైన ఆదాయాలతో తమ కుటుంబంతో పాటు తల్లిదండ్రులను పోషించగలిగే పరిస్థితి లేదు. దీని వల్ల యవ్వనంలో తమ శక్తినంతా కుటుంబానికి ధారపోసిన వృద్ధులు జీవితపు చివరి రోజుల్లో తమ ఆలనాపాలనా చూసేవారు లేక గ్రామీణ ప్రాంతాల్లో అనాథలుగా మిగులుతున్నారు. కొందరు తమ తల్లిదండ్రులను తమ వద్దనే ఉంచుకొని చూసుకుంటున్నా కూడా వారు ఒంటరితనాన్ని అనుభవిస్తున్న పరిస్థితి ఉంది. నేటి వృత్తి, ఉద్యోగాల మూలంగా ఒకే ఇంట్లో ఉన్నా అందరూ ఒకచోట కూర్చొని మాట్లాడుకునే పరిస్థితి లేదు. వృద్ధులైన తమ కుటుంబంలోని పెద్దలకు అన్ని సదుపాయాలూ కల్పిస్తున్నామని నేటి తరం అనుకుంటోంది. కానీ కేవలం తిండి, సదుపాయాలు మాత్రమే గాక తమకు కొంత ఆప్యాయత, అనురాగాలు కూడా అందించాలని వృద్ధులు ఆశిస్తున్నారు. అవే వారికి దక్కడం లేదు. ఆర్థిక సంబంధ కారణాల వల్ల కుటుంబాల్లో స్పర్థలు, దూరాలు పెరుగుతుంటే ఎక్కువగా తల్లడిల్లేది కూడా వృద్ధులే కావడం గమనార్హం.



కూడు, గూడు ఉంటే సరా..

వృద్ధుల సమస్యలకు వృద్ధాశ్రమాలు పరిష్కారాలు చూపలేవని చాలా సందర్భాలలో రుజువైంది. కన్నకొడుకు కన్నా అతని భార్య ఆధిపత్యం కొనసాగే చాలా కుటుంబాల్లో, వద్ధాప్య దశలో ఉన్నవారు అనుభవించే యాతన వర్ణనాతీతం. తమ జీవన గమనంలో చివరి దశలోకి వచ్చిన వీరు పిల్లల దష్టిలో పూర్తిగా ప్రాధాన్యతను కోల్పోయి, కంటకప్రాయ జీవితాన్ని గడుపుతున్నారు. మరి ఇటువంటి వారికి వృద్ధుల వసతిగృహాలు పరిష్కారమా? కానేకాదు. ఎందుకంటే ఆ వయసులో వారికి కావలసింది తమ బిడ్డల నుంచి ప్రేమ, భావాత్మకమైన అనుబంధం మాత్రమే. దానిని ఈ ఆశ్రమాలు ఏ విధంగా కూడా అందించలేవు. మనదేశంలో ప్రతి పది వృద్ధ జంటల్లో ఆరుగురు తమ పిల్లల చేత బలవంతంగా ఇళ్ళ నుంచి బయటకు వెళ్ళగొట్టబడినవారేనన్నది చేదు నిజం. ఏ దారిలేని ఇటువంటి అభాగ్య జీవులు చివరకు వృద్ధాశ్రమాలకు చేరుతున్నారు. కొందరు దిక్కులేని వారిలా, రోడ్లపై భిక్షమెత్తే ఓపిక లేక పడి ఉంటున్నారు. గుండెను మెలిపెట్టే ఎన్నో దృశ్యాలు ఓ ప్రయాణంలో మనకు ఎదురవుతుంటాయి. కుటుంబమంటే భార్య, పిల్లలే కాదు కన్న తల్లిదండ్రులు కూడా. అది భార్య తరపు అయినా, భర్త తరపు అయినా. ఎందుకంటే ఒకప్పుడు వారి



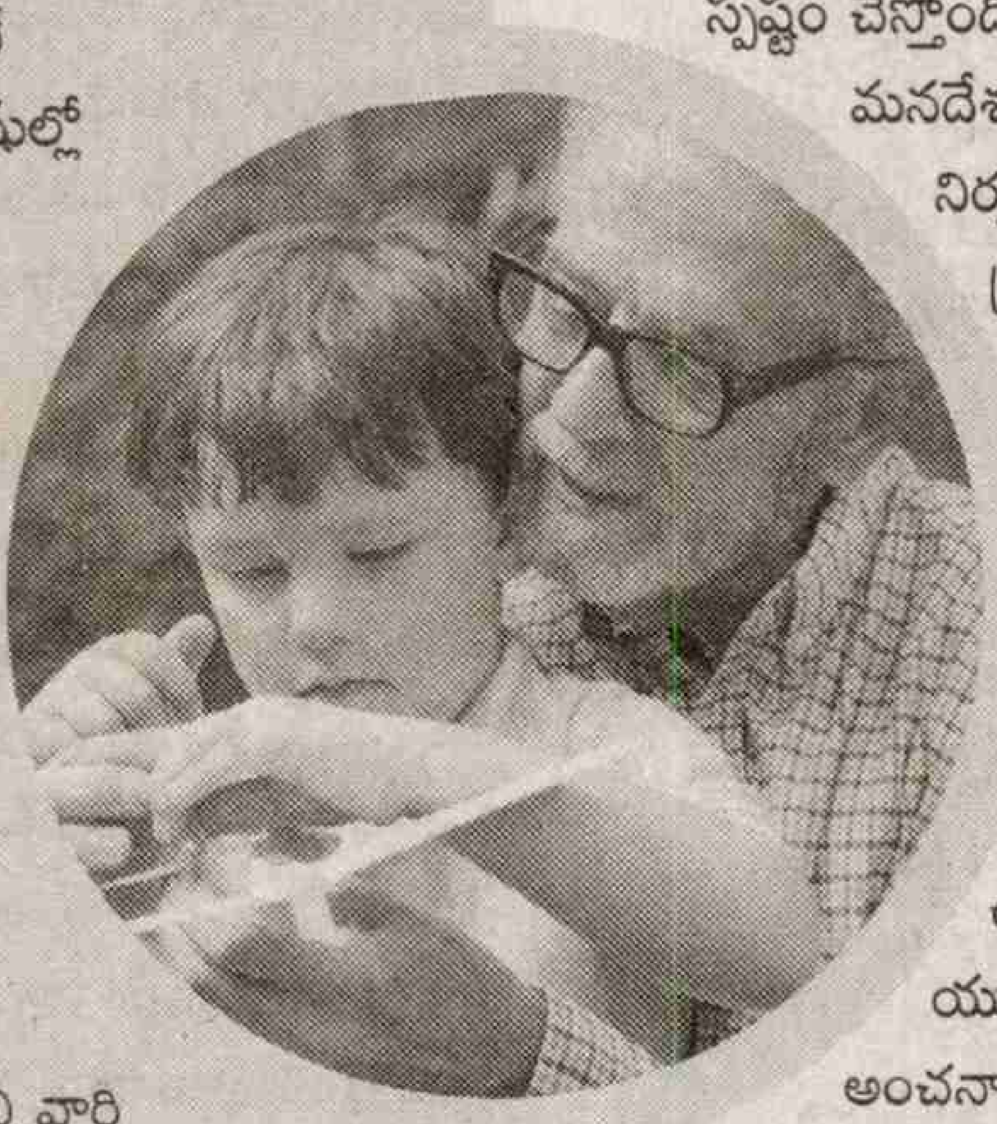
తెగిపోతున్న అనుబంధం

ఒకప్పుడు కుటుంబాల్లో బాలలు తమ తాతయ్య, నానమ్మ, అమ్మమ్మలతోనే ఎంతో అనుబంధాలను పెనవేసుకునేవారు. వారి అమ్మానాన్న ఇంటిపనుల్లో తలమునకలై ఉంటే బాలలు వృద్ధులైన తమ తాతయ్య, నానమ్మ అమ్మమ్మలను విడిచి ఉండేవారు కాదు. వీరి మధ్య ఉన్న అనుబంధం పిల్లల మానసిక ఎదుగుదలకు, పెద్దలంటే గౌరవానికి, తోటి మనుషుల్లో మానవత్వాన్ని చూడడానికీ, నైతిక విలువలు ఆచరించడానికీ ఎంతో దోహదపడేది. విద్యావిషయాల్లో చురుకుదనాన్ని కూడా పెంచేది. కానీ ఇప్పుడు చిన్నారులను మూడేళ్ల నుంచే ప్రైవేటు విద్యాసంస్థలకు పంపించి వారి బంగారు బాల్యాన్ని హరించేస్తున్నారు. తమ ఇంటిలో ఉన్న పెద్దవారితో వారి సంబంధాలు అక్కడితో తెగిపోతున్నాయి. దీంతో పిల్లలు మానవ విలువల పట్ల పూర్తి అవగాహనకు దూరమౌతున్నారు. మానవ సంబంధాలంటే కేవలం ఆర్థిక సంబంధాలనే భ్రమలో పడి తాము వత్తిడికి గురౌతూ అభద్రతలో అలమటించి పోతున్నారు.

కుటుంబంలో మీరున్నారు. మీ కుటుంబంలో వీరూ ఉండాలి. మిగతా తోబుట్టువులతో వంతులేసుకునే వారికో మాట. అంత మంది కలసి ఇద్దరి బాగోగుల్ని చూసుకోలేకపోతే చిన్నప్పటి నుంచి వారిద్దరే మీ అందరి బాధ్యతలు భుజానమోశారన్న మాట జ్ఞాపకముంచుకుంటే వంతులనే మాట ఉండదు. అయినా అమ్మానాన్న మా ఇంట్లో అంటే మా ఇంట్లో ఎక్కువ రోజులుండాలనే ఆశ, పోటీలుండాలి. ఆ ఆప్యాయతల్లో వారికి అంతులేని ఆనందం ఉంటుంది. ఏ వృద్ధాశ్రమ ఏసీ సౌకర్యాలూ వారిని కుదుటపరచలేవు. తృప్తి పరచలేవు.

పెరుగుతున్న వృద్ధుల జనాభా

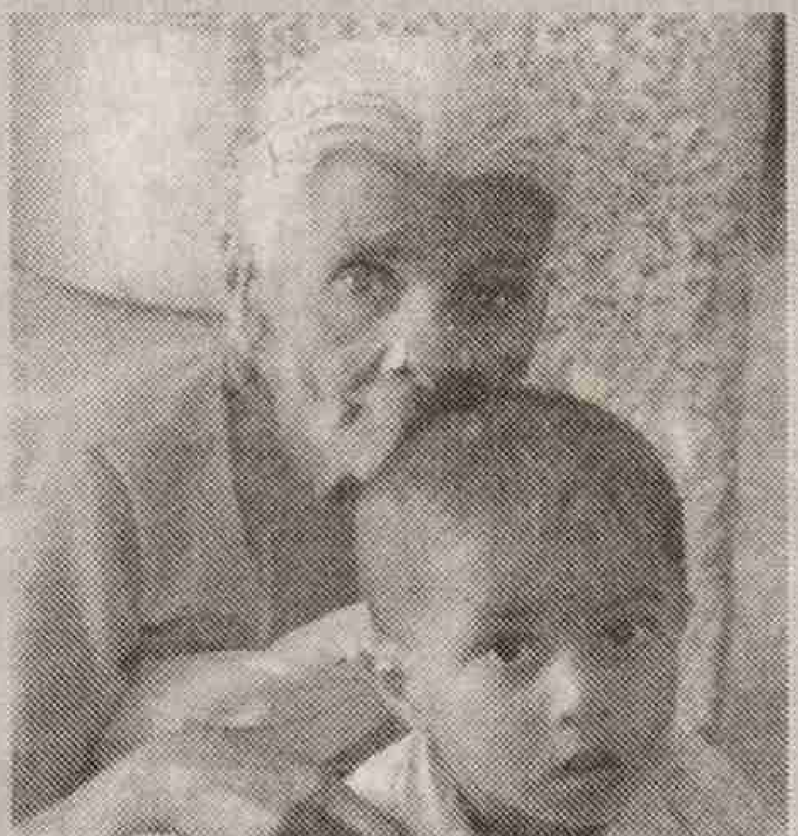
ప్రపంచవ్యాప్తంగా గణాంకాలు పరిశీలిస్తే ప్రపంచ జనాభాలో 60 ఏళ్ళు దాటిన వారి జనాభా 11 శాతం ఉంది. 2050 నాటికి వీరి జనాభా 19 శాతానికి చేరుకుంటుందని అంచనా. నిజానికి 60 అంతకంటే ఎక్కువ వయసున్న వారి జనాభా వర్ధమాన దేశాల్లో చాలా వేగంగా పెరుగుతుండటం విశేషం. 2050 నాటికి ప్రపంచ వ్యాప్తంగా వ ద్ధుల జనాభా 20కోట్లకు చేరుకోనున్నదని 'యునైటెడ్ నేషన్స్ పాపులేషన్ ఫండ్' (యు.ఎన్.ఎఫ్.పి.ఎఫ్) నివేదిక స్పష్టం చేస్తోంది. దీని ప్రకారం భారత్, చైనాల్లో 2050 నాటికి ప్రపంచంలోని 80 శాతం మంది వృద్ధులు ఉండనున్నారు. ఇక భారతీయుల విషయానికి వస్తే.. అరవయ్యేళ్ళు దాటినవారి జనాభా 360 శాతం పెరగనున్నదని ఐక్యరాజ్య సమితి నివేదిక స్పష్టం చేస్తోంది. యు.ఎన్.ఎఫ్.పి.ఎ మనదేశంలోని ఏడు రాష్ట్రాల్లో సర్వే నిర్వహించింది. భారత్‌లో ప్రస్తుతం 10 కోట్ల మంది వద్ధుల జనాభా ఉండగా, 2050 నాటికి వీరి సంఖ్య 32.3 కోట్లకు చేరుకుంటుంది. అంటే మొత్తం దేశ జనాభాలో వృద్ధుల జనాభా 20 శాతం ఉండబోతున్నదని యు.ఎన్.ఎఫ్.పి.ఎఫ్. నివేదిక అంచనా. దేశంలో నూటికి 70 మంది సీనియర్ సిటిజన్లు పల్లెల్లోనే నివసిస్తున్నారు. దినసరి కూలీలు, వ్యవసాయ కూలీలు, చేతివత్తుల వారు 60 సంవత్సరాల తర్వాత శరీర సత్తువ తగ్గి ఆదాయాన్ని సంపాదించుకోలేకపోతున్నారు. వీళ్లకు ఏ విధమైన ఆర్థిక వనరులు లేకపోవడం వలన ఆకలితో అలమటిస్తున్నారు.



గుర్తుంచుకోండి

మానసికంగా రిటైర్ కావడం అనేది వృద్ధాప్యంలో మంచిగా గడపడానికి పెద్ద

జీవన వైరుధ్యాలు



గ్రామీణ, పట్టణ ప్రాంతాల జీవితాల మధ్య ఉన్న వైరుధ్యాలు వృద్ధుల జీవితాల్లో కూడా చోటు చేసుకుంటున్నాయి. పట్టణ ప్రాంతాలలో వృద్ధులుగా ఉన్నవారు చాలా మంది వివిధ రకాల ఉద్యోగాలు చేసి విశ్రాంత జీవితాన్ని అనుభవిస్తున్నవారే. గ్రామీణ ప్రాంతాల్లో ఉన్న వృద్ధుల జీవనశైలితో పోలిస్తే వీరు కొంతైనా మెరుగ్గా ఉన్నారని చెప్పొచ్చు. సీనియర్ సిటిజన్స్ సంఘాలు, రిటైర్డ్ ఉద్యోగుల సంఘాలు వంటివాటిని ఏర్పాటు చేసుకుని ఎప్పటికప్పుడు పార్కుల్లోనూ, ఇతర ప్రదేశాలలోనూ కలుసుకుంటూ తమ అనుభవాలు పంచుకుంటూ, సమస్యలని విన్పించుకుంటూ ఉంటారు. వృద్ధాప్యంలో కాస్త ఉల్లాసంగా ఉండడానికి అనువైన వ్యాయామాలు వంటివి కూడా వీరికి అందుబాటులో ఉంటున్నాయి. అనారోగ్య సమస్యల నుంచి ఉపశమనం పొందడానికి తగిన వైద్య సదుపాయాలు కూడా వీరికి అందేటంత దూరంలో ఉంటున్నాయి. కొంతవరకూ పింఛన్ వంటి ఆర్థిక భద్రత వీరికి ఉండడం వల్ల వృద్ధాప్యం పెద్ద భారంగా ఉండదు. అయితే గ్రామీణ ప్రాంతాల్లోని వృద్ధుల పరిస్థితి దయనీయంగా ఉంటోంది. వృద్ధాప్యానికి పేదరికం కూడా తోడు కావడం వారి జీవితాలకు శాపంగా మారుతోంది. గ్రామాల్లో వ్యవసాయ రంగం సంక్షోభంలో పడిన తర్వాత ఉపాధి కరువై ఇతర ప్రాంతాలకు వలసలు బాగా పెరిగాయి. ఈ పరిస్థితుల్లో వృద్ధులైన తల్లిదండ్రులను గ్రామాల్లోనే విడిచిపెట్టి భార్యాపిల్లలతో బతుకు సమరానికి బయలుదేరుతున్నవారు ఎంతోమంది ఉన్నారు. గ్రామాల్లో ఉన్న వృద్ధులు సంఘాలుగా ఏర్పడటానికి తగిన చైతన్యం, అందుకు అనువైన పరిస్థితులు కూడా ఎక్కడాలేవు. దీనికి తోడు వయోభారం వల్ల రకరకాల అనారోగ్యాలు, అందుబాటులో లేని వైద్య సదుపాయాలు అక్కడి వృద్ధులను జీవచ్ఛవాలుగా మిగులుస్తున్నాయి.

ఆటంకమని వారు తెలుసుకోకపోవడం మరో సమస్య. వారు చురుగ్గా ఉన్న తమ మెదడును మరింతగా పనిచేయిస్తూ, సరికొత్త కార్యకలాపాలపై దృష్టిపెడితే మరింత ఆరోగ్యవంతమైన జీవితాన్ని గడపవచ్చు. ఈ ఉత్సాహమే వృద్ధాప్య సమస్యలను అధిగమించడానికి అవసరమైన శక్తిని కూడా ఇస్తుంది. వృద్ధాప్యంలో జ్ఞాపకశక్తి తగ్గేమాట కొంత వాస్తవమే అయినా ఇది అందరికీ రావాలనేం లేదు. ముఖ్యంగా తీవ్రమైన ఒత్తిడి, ఆందోళన, కుంగుబాటు వంటి సమస్యల్లో కూడా ఇలాంటి లక్షణాలు కన్పిస్తాయి. వృద్ధాప్యంలో కుంగుబాటు (డిప్రెషన్) చాలా ఎక్కువ. గుర్తింపును కోల్పోవడం, తీవ్ర నైరాశ్యానికి లోనవడాన్ని మనం గమనిస్తాం. ఎంత వయసు వచ్చినా శరీరాన్నీ, మెదడునూ చురుకుగా ఉంచుకోవటం అవసరం. ఇందుకోసం ఎప్పుడూ ఏదో ఒక కొత్త పని, కొత్త విద్య నేర్చుకోవటానికి ప్రయత్నించటం, కొత్త పుస్తకాలు చదవటం, చదరంగం-పదకేళి-చిన్నచిన్న లెక్కలు చెయ్యటం వంటి పనుల్లో తలమునకలు కావటం మంచిది. సాంత్వన, ఏకాగ్రత పెంచే ధ్యానం వంటి వాటిని ఆశ్రయించొచ్చు. ముఖ్యంగా- అల్జీమర్స్ వంటి కొన్నికొన్ని తీవ్ర సమస్యల్లో కనబడే మొదటి లక్షణం కూడా మతిమరుపే కాబట్టి దీన్ని నిర్లక్ష్యం చెయ్యకూడదు. వృద్ధులకు నిద్ర తక్కువ పడుతుందన్న దాంట్లో నిజం లేదు. అందరిలాగే వారికీ రోజుకి 7-8 గంటల నిద్ర అవసరం.

మలివయసుకు వచ్చేసరికి చాలామందిలో మధుమేహం, అధిక రక్తపోటు వంటి సమస్యలు పెరుగుతున్నాయి. వీటిని నిర్లక్ష్యం చేస్తే గుండెజబ్బులు, పక్షవాతం వంటి రకరకాల సమస్యలు వెంటాడతాయి. కాబట్టి తరచూ పరీక్షలు చేయించుకుంటూ, చికిత్స కొనసాగిస్తూ వీటిని కచ్చితంగా అదుపులో ఉంచుకోవాలి.

అలాగే మలివయసులో ఎదురయ్యే మరో పెద్ద సమస్య క్యాన్సర్. స్త్రీలలో రొమ్ము, గర్భాశయ ముఖద్వార క్యాన్సర్లు, పురుషుల్లో ప్రోస్టేటు గ్రంథి క్యాన్సర్ల వంటివి ఎక్కువ. ఊపిరితిత్తులు, పెద్దపేగు క్యాన్సర్ల వంటివి ఇద్దరిలోనూ కనబడుతుంటాయి. కాబట్టి ఒంట్లో ఎక్కడైనా గడ్డలు రావటం, ఎక్కువరోజుల పాటు దగ్గు వేధించటం, మలవిసర్జన అలవాట్లు మారిపోవటం, రక్తం కనబడటం, బరువు తగ్గిపోవటం, పుండ్లు మానకపోవటం వంటి లక్షణాలేవైనా కనబడితే వాటిని ఏమాత్రం నిర్లక్ష్యం చెయ్యకుండా వైద్యుల దృష్టికి తీసుకువెళ్లాలి.

వృద్ధులకూ వ్యాయామాలు

నాలుగు అక్షరాలు రాద్దామంటే వేళ్లు సహకరించవు. డబ్బాల మూతలు తియ్యాలంటే చేతుల బలం సరిపోదు. కిందపడిన వస్తువులు తీసుకుందామంటే ఎక్కడ ముందుకు పడిపోతామోనన్న భయం. ఇలా దైనందిన జీవితంలో ఏ పని చేసుకోవాలన్నా వృద్ధులకు శక్తి చాలక అశక్తత ఆవరిస్తుంటుంది. దీనికి విరుగుడు సూత్రం ఒక్కటే. 'యూజ్ ఇట్.. ఆర్.. లూజ్ ఇట్' వాడుతుంటేనే ఒంటికి చేవ తగ్గకుండా ఉంటుంది. ఉపయోగిస్తుంటేనే పదును తగ్గకుండా ఉంటుంది. అందుకే పాశ్చాత్య దేశాల్లో దీనిపై ఇప్పుడు విస్తృతంగా అధ్యయనాలు జరుగుతున్నాయి. వ్యాయామాల వల్ల త్వరగా అలసిపోకుండా ఎక్కువ దూరం నడవటం, బరువులను తేలికగా ఎత్తటంతో పాటు గుండె రక్తనాళాల పనితీరూ మెరుగుపడినట్టు స్టాన్‌ఫోర్డ్ విశ్వవిద్యాలయం పరిశోధనలో తేలింది. ఆత్మవిశ్వాసమూ పెరుగుతుండటం విశేషం. నొప్పులు కూడా తగ్గుతున్నాయి. వ్యాయామం మూలంగా రోగ నిరోధకశక్తి పెరగటంతో ఇన్‌ఫెక్షన్ల ముప్పు తగ్గుతున్నట్టు ఇతర అధ్యయనాల్లో బయటపడింది. ఎక్కువసేపు కదలకుండా కూచునే వృద్ధులకు తీవ్ర మతిమరుపును తెచ్చిపెట్టే డిమెన్షియా, అల్జీమర్స్ వచ్చే అవకాశం ఎక్కువగా ఉంటున్నట్టు మరో పరిశోధనలో బయటపడింది. మధుమేహం, హైబీపీ, హైకొలెస్ట్రాల్ వంటి సమస్యలను అధిగమించేందుకూ వ్యాయామాలు అవసరమని వైద్యులు చెబుతున్నారు. నడక, ఈత వంటి సామర్థ్యాన్ని (ఎండ్యూరెన్స్) పెంచే వ్యాయామాలతో కొత్త శక్తిని పుంజుకోవచ్చు. తోటపని, ఇంటిపని వంటివి తేలికగా చేసేయొచ్చు. కండరాలను దృఢపరిచే, కండరాలు సాగే, శరీర బ్యాలెన్స్ మెరుగుపరచుకునే వ్యాయామాలు ఎలా చేయాలో సంబంధిత వైద్యులను సంప్రదించాలి. వ్యాయామం ఎంత అవసరమో.. వాటి మూలంగా గాయాల బారిన పడకుండా తగు జాగ్రత్తలు తీసుకోవటమూ అంతే ముఖ్యమని మరిచిపోకూడదు. యవ్వనంలో

ఒంటరి సమస్యలు

వృద్ధుల్లో అత్యధిక శాతం మంది ఒంటరిగానో లేక జీవన సహచరులతోనో జీవనం వెళ్లదీస్తున్నారు. 70 శాతం మంది వృద్ధులు నిరక్షరాస్యులు. చాలామంది విద్యావంతులైన వారికి కూడా వృద్ధాప్యం పెను శాపంగా మారుతోంది. ఒంటరితనం, నిస్సారమైన జీవితం వారిని పీడిస్తోంది. జీవితం పొడిగిస్తున్న కొద్దీ వారు ప్రతి అంశం నుంచి తమను తాము ఉపసంహరించు కుంటూ రావాల్సి రావడం ఎంత దయనీయం. మరింత ఒంటరితనాన్ని అనుభవించేది 75 సంవత్సరాల వయసు పైబడినవారు. ముఖ్యంగా మహిళలు, వితంతువులు ఇటువంటి పరిస్థితికి లోనవుతున్నారు. చాలా మంది వృద్ధులు జీవన చరమాంకంలో జీవితాలకు స్నేహ హస్తాన్ని అందించే తోడు కోసం ఎదురుచూస్తున్నారు. తమలాగే నిరాదరణకు గురైన వృద్ధులను జీవనసహచరులుగా కూడా కొంతమంది చేరదీస్తున్నారు. ఈ విషయంలో లైంగికాంశాల కన్నా మానసికంగా ఓదార్పును వారు వెతుక్కుంటున్నారు. ఇలాంటివి అందరి విషయంలో సాధ్యం కాకపోయినా కొంత ఆర్థిక భద్రత ఉన్న వారికి వీలు కలుగుతోంది. తమ పిల్లల నుంచి ఎదురయ్యే నిరాదరణను వీరు ఇలా కొత్త జీవిత భాగస్వామి ద్వారా పొందాలని భావిస్తుంటారు. అయితే ఒంటరి వృద్ధుల కన్నా, కుటుంబాలు ఉన్న వృద్ధులకు ఆస్తులు, ఆర్థిక విషయాల్లో కొత్త సమస్యలు ఎదురౌతున్నాయి.

వృద్ధులకూ ఒక రోజు

సమాజం, కుటుంబ సభ్యుల నుంచి ఎదురౌతున్న నిరాదరణపై.. వారు ఎదుర్కొంటున్న సమస్యలపై కొంతమంది వృద్ధులు గొంతు విప్పుతున్నారు. తమ హక్కుల సాధనకు నినదిస్తున్నారు. సంఘాలుగా ఏర్పడుతున్నారు. ప్రస్తుతం ప్రపంచంలో 2400 వృద్ధుల సంఘాలు (ఒ.పి.ఎ)లు పనిచేస్తున్నాయి. ఈ సంఘాల ద్వారా వృద్ధులు తమ గళాన్ని ప్రపంచం వినాలని డిమాండ్ చేస్తున్నారు. తాము ఎల్లవేళలా సహాయం పొందుతున్న నిష్క్రియా పరులం కామని, కేవలం మార్పునకు చురుకైన కారకులం కూడా అంటూ ఎలుగెత్తి చాటడానికి ప్రయత్నిస్తున్నారు. అటువంటి వృద్ధుల కోసం ఐక్యరాజ్య సమితి ఏటా అక్టోబర్ 1న ప్రపంచ వృద్ధుల దినోత్సవంగా జరుపుకోవాలని 1990లో తీర్మానించింది.

ఆరోగ్యకరమైన జీవన విధానాన్ని అలవరచుకుంటే మలి వయసు కూడా చక్కటి ఆరోగ్యంతో ఎంతో ఆహ్లాదంగా, హాయిగా గడిచిపోతుంది. పీచు ఎక్కువగా ఉండే కూరగాయలు, పండ్లు, ముడి ధాన్యాల వంటివి ఎక్కువగా తినాలి. నీరు సమృద్ధిగా తాగాలి. వినికిడి, కంటి సమస్యలు వస్తే వైద్యులకు చూపించుకుని చక్కటి సామాజిక జీవితాన్ని గడపొచ్చు. పెద్దవయసులో సాధ్యమైనంత వరకూ బరువు పెరగకుండా చూసుకోవటం మంచిది. బరువు తగ్గితే మోకాళ్ల అరిగిపోయే ముప్పు కూడా తగ్గుతోందని 'ఫ్రేమింగ్‌హ్యామ్ ఆస్టియో ఆర్థ్రైటిస్' అధ్యయనంలో స్పష్టంగా గుర్తించారు. రోజువారీ ఓ మోస్తరు నడక, వ్యాయామాలు కొనసాగించాలి. ఎముక సాంద్రత తగ్గటం వల్ల చిన్నపాటి ప్రమాదాలకే ఎముకలు, వెన్నుపూ సలు విరిగిపోవటం కూడా వీరిలో ఎక్కువే. పొగ తాగకుండా ఉండటం, క్యాల్షియం ఉండే పదార్థాలు ఎక్కువగా తీసుకోవాలి. అలాగే బాత్రూముల్లో పడిపోకుండా నేల నునుపుగా జారిపోయేలా లేకుండా చూసుకోవటం, ఇంట్లో నడిచేటప్పుడు పరిస్థితిని బట్టి నాలుగుకోళ్ల కర్ర సాయం తీసుకోవటం, తల తిప్పు, తూలు రావటం వంటి లక్షణాలు కనబడుతుంటే తక్షణం వైద్యులను సంప్రదించి చికిత్స పొందాలి.

ఆఖరి మజిలీ

వయసులో ఉన్నప్పుడు, సాధించినవన్నీ, ఉడిగిన వయసులో గత కాలపు 'కథ'లుగా స్మృతిపథంలో మిగిలిపోతాయి. ఎవరైనా ఏదో ఒకనాడు వృద్ధాప్య దశకు చేరుకోవలసిందే. శరీరం ముడుతలు పడిపోవచ్చు. కానీ మనసు సంపూర్ణ వికాసాన్ని పొంది ఉంటుంది. జీవితపు అన్ని పార్శ్వాలపై స్పష్టమైన ద క్కోణం ఏర్పడుతుంది. కేవలం తన జీవితంలో సాధించిన అనుభవాలు మాత్రమే కాదు, ఇతరుల జీవితానుభవాల నుంచి నేర్చుకున్నవి కూడా చాలా ఉంటాయి. జీవితంలో ఎన్నో ఘన విజయాలు, విషాదాలు అన్నింటిని అనుభవించి పండిపోయిన వయసే వృద్ధాప్యం. ఎన్నో ఎగుడుదిగుళ్ళు దాటుకొని మనసు రాటుతేలిపోయి ఉంటుంది. దీర్ఘకాలపు జీవన చిత్రాన్ని, చరిత్రను చాలా స్పష్టంగా వీక్షించడానికి వీలయ్యేది వృద్ధాప్యంలో మాత్రమే. ఎప్పటికప్పుడు క్షణం తీరిక లేకుండా సమయం తెలియకుండా పరుగుల జీవనం నుంచి విముక్తి పొంది, స్వేచ్ఛ, దేన్నయినా అన్వేషించగల సామర్థ్యం కూడా వృద్ధాప్యంలోనే ఉంటుంది. జీవితాన్ని తుదికంటా ఫలవంతం చేసుకుంటూ ఓపికున్నంత వరకు శ్రమిస్తూనే ఈ జీవితం నుంచి విముక్తం కావాలని పలువురు ప్రముఖులు సూచిస్తున్నారు. వృద్ధాప్య దశలో ఎదురయ్యే అడ్డంకులను సాధ్యమైనంత వరకు అధిగమించి, ప్రశాంత జీవనాన్ని గడపడానికే ప్రాధాన్యతనివ్వడం ఎంతో అవసరం. ✦

వృద్ధుల కోసం చట్టాలు

దేశానికి మార్గదర్శకుల్లాంటి వృద్ధుల సమస్యలపై చాలా దేశాలు దష్టిసారించాయి. 2004లో స్పెయిన్‌లో జరిగిన 86 దేశాల సమీక్షా సమావేశంలో వృద్ధుల సంక్షేమం కోసం 46 తీర్మానాలను ఆమోదించారు. ప్రభుత్వం కూడా వృద్ధులకు తమ హక్కుల పట్ల చైతన్యం కలిగించడంతో పాటు వారి ప్రయోజనాలను పరిరక్షించే విధానాలను అమలు చేయాలి. దేశంలో మొత్తం 8.1 కోట్ల మంది వృద్ధులు ఉండగా వీరిలో 11 లక్షల మంది కేవలం దేశ రాజధాని ఢిల్లీలోనే ఉన్నారు. కుటుంబాలతో కలిసి జీవిస్తున్న సీనియర్ సిటిజన్లలో 40 శాతం మంది వేధింపులను ఎదుర్కొంటున్నట్టు తేలింది. కానీ అటువంటి వారిలో ప్రతి ఆరు కేసుల్లో ఒకటి మాత్రమే వెలుగులోకి వస్తున్నది. "మెయింటెనెన్స్ అండ్ వెల్ఫేర్ ఆఫ్ పేరెంట్స్ అండ్ సీనియర్ సిటిజన్స్ యాక్ట్" ప్రస్తుతం మనదేశంలో అమల్లో ఉంది. దీని ప్రకారం తల్లిదండ్రులను వదిలేసిన లేదా పట్టించుకోని సంతానానికి మూడు నెలల జైలుశిక్ష లేదా జరిమానా విధించడానికి ఈ చట్టం వీలు కల్పిస్తుంది. కొన్ని స్వచ్ఛంద సంస్థల సర్వే ప్రకారం వృద్ధాప్యంలో తల్లిదండ్రుల చేత వారి ఇళ్ళను సంతానం బలవంతంగా అమ్మించడం

సర్వసాధారణంగా జరుగుతోంది. ఆస్తి వివాదాలు వచ్చిన సందర్భంలో, భార్యలు పిల్లలనే సమర్థించడంతో తాము తీవ్ర నిస్సహాయతకు లోనవుతున్నామని కొందరు వద్ధులు చెప్పిన ఘటనలు కూడా ఉన్నాయి. ఇవన్నీ చూస్తుంటే వృద్ధుల హక్కులు, వారి పరిరక్షణకు చట్టాలు కాదు కావలసింది.. కేవలం నైతిక పునాది మాత్రమేనని స్పష్టమవుతోంది.

వింత లోకం

ఓటు వద్దన్నా..

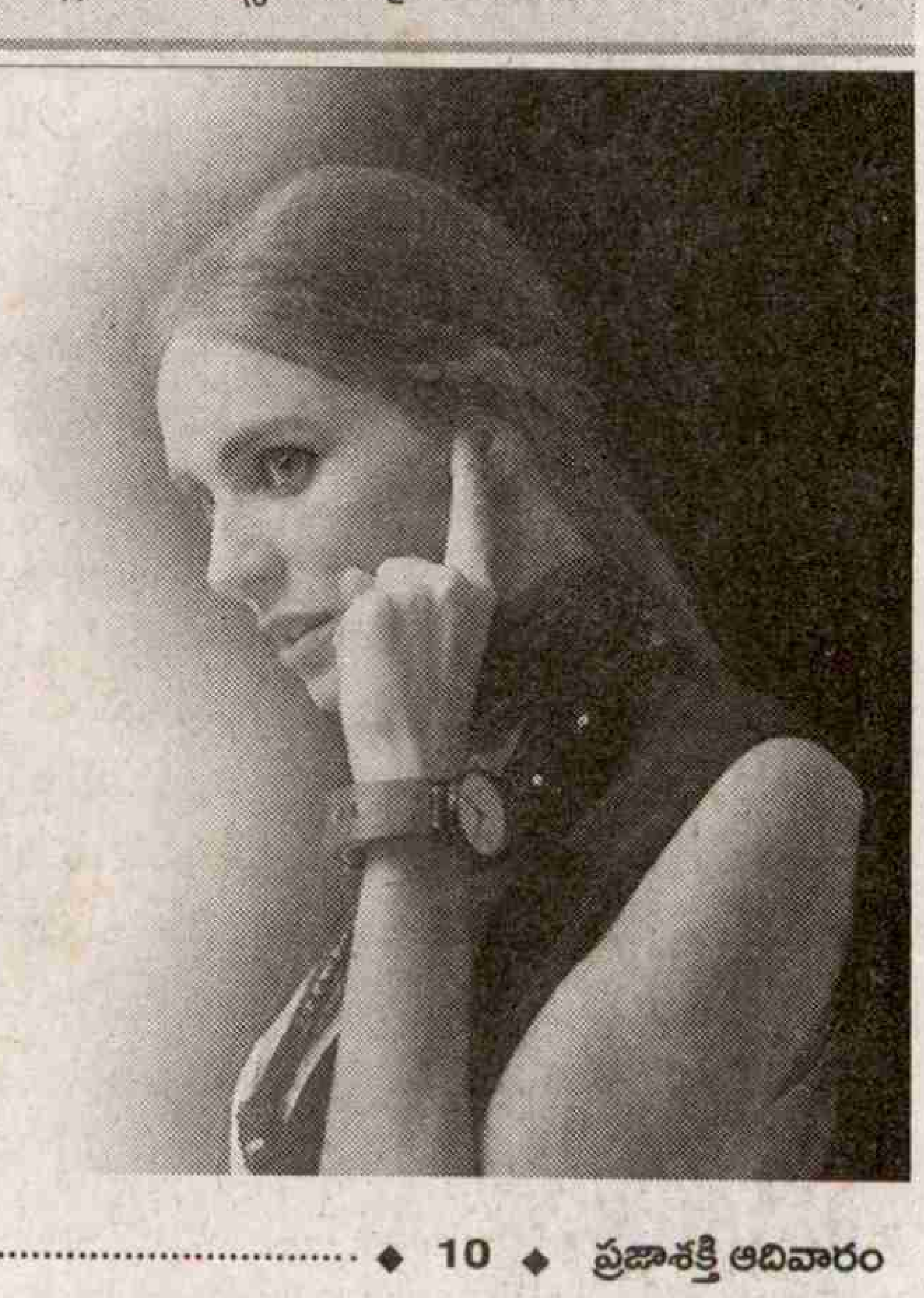
నార్వేలోని ఓస్లో కౌన్సిలర్ల ఎన్నికల ఫలితాలతో కోలాహలంగా ఉంది. అయితే చర్చంతా కూడా అక్కడి కోల్బ్రేట్న్ కౌన్సిలర్ గురించే. ప్రజలంతా భారీ మెజారిటీతో గైల్వ్ నాగెల్ అనే రాక్‌స్టార్‌ను గెలిపించారు. ఫెన్రిజ్‌గా బాగా పాపులర్ అయిన నాగెల్ నార్వే రాక్ బ్యాండ్‌లో స్టార్. స్థానిక ఎన్నికల్లో కేవలం ఓటింగ్ శాతం పెంచేందుకు తన పేరు ఉపయోగపడుతుందని మాత్రమే బరిలో నిలిచాడు కానీ అతడికి కౌన్సిలర్ అవుదామని ఏమాత్రం ఆసక్తి లేదు. ఆ విషయాన్నే పదే పదే ఇంటర్వ్యూల్లో చెప్పాడు కూడా. అతడే గెలుస్తాడని నివేదికలు అందడంతో తనకు ఓట్లు వేయొద్దంటూ ఊరంతా పోస్టర్లు వేయించాడు కూడా. ఓ పిల్లిని ఎత్తుకుని ఆ పోస్టర్లలో కనిపిస్తాడు. మరి ఏమి నచ్చిందో లేదా అతణ్ని తమ ఊళ్లో ఏదో పని మీద మళ్లీ మళ్లీ కలుసుకోవచ్చనుకున్నారో ఏమో ఫెన్రిజ్ వద్దన్నా కూడా ఓట్లేసి కౌన్సిలర్ బాధ్యతలు అప్పగించేశారు. తన రాక్ బ్యాండ్ టూర్లు చూసుకోవాలో టౌన్‌లోనే ఉంటూ కౌన్సిలర్ బాధ్యతలు చూసుకోవాలో అస్సలు పాలుపోవడంలేదీ రాక్ స్టార్‌కు.

బామ్మల చీర్స్

జపాన్‌లో రెండు దశాబ్దాలు దాటేసిన ఓ ఉల్లాసినుల బృందముంది. ధగధగలాడే రంగురంగుల బట్టలేసుకుని చేతిలో మెరిసే కాగితాలు పట్టుకుని ఉత్సాహంగా గంతులేసే ఆ బృందాన్ని చూస్తే అందరూ తెగ సంతోషపడతారు. పామ్ పామ్ అని వారి చేతి కాగితపు పూల పేరే పెట్టుకున్న ఆ బృందానికి ఓ ప్రత్యేకత ఉంది. వారంతా వృద్ధులే. 55 ఏళ్ల నుంచి మొదలైన సభ్యుల వయస్సు 80లు దాటింది. అయినా ఎంతో ఉత్సాహంతో వారు నృత్యం చేస్తుంటారు. క్రీడా పోటీలపుడు, సంబరాలపుడు వీరి జట్టు తెగ హడావిడి చేసేస్తుంది. అంత వయస్సులోను మిగతా ఉల్లాసినుల బృందాలతో పోటీగా నిలుస్తాయి వీరి మూవ్స్. 84 ఏళ్ల ఫూమీ టనాకో ఈ పామ్ పామ్ బృందాన్ని ప్రారంభించింది. 60 ఏళ్ల వయస్సులో ఒంటరితనంలో ఏమీ తోచక తన స్నేహితులతో మాట్లాడి సరదాగా చీర్ లీడింగ్‌ను మొదలుపెట్టింది. చిన్నప్పుడు తాను ఉల్లాసిని కావాలని కలలు కనిందట. కానీ ఇంట్లోవాళ్లు అడ్డు చెప్పడంతో అప్పుడు ఆ ప్రయత్నం మానుకుంది. ఆ తర్వాత ఇన్నాళ్లకు కుదిరింది. ప్రస్తుతం 25 మందికి పైగా సభ్యులున్న ఈ బృందంలో ఎప్పటికప్పుడు కొత్తవారు చేరుతున్నారు. కనీస వయస్సు 55 ఏళ్లుండాలని షరతు. వారి ఆరోగ్య పరిస్థితుల దృష్ట్యా కష్టతరమైన యాక్రోబాట్‌లేమీ ఉండవు కానీ మిగతా విషయాల్లో వీరి ఉత్సాహానికి బ్రేక్‌లుండవు.

వేలితో మాట్లాడండి

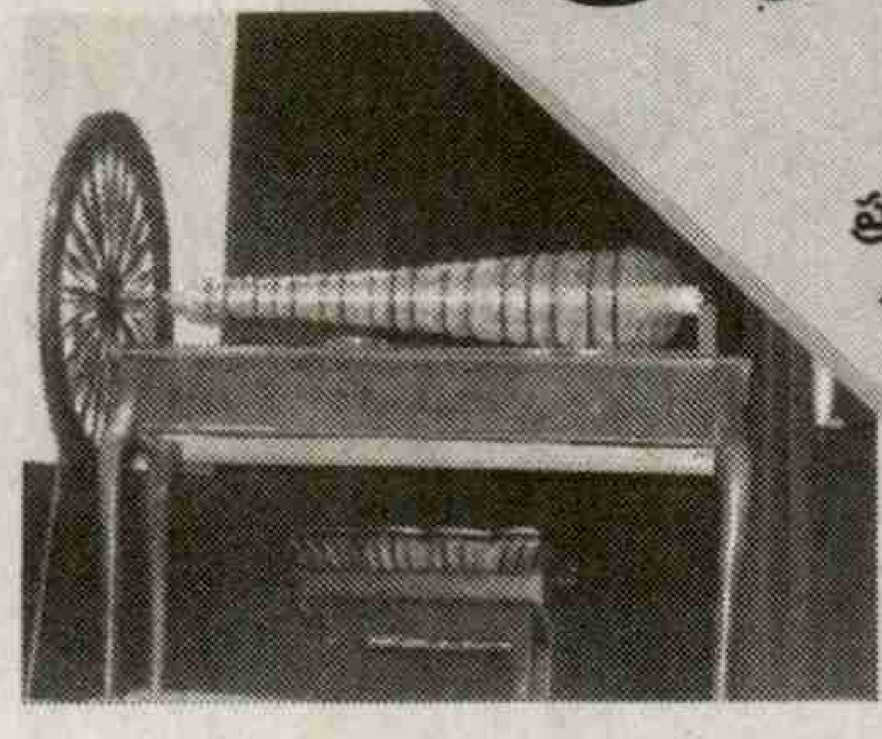
'సిగ్నల్' అనే ఓ స్ట్రాప్‌ను చేతికి వాచీతో పాటు తొడుక్కుంటే చాలు అది బ్లూటూత్ ద్వారా ఫోన్ కాల్స్‌ను మీ వేలికి కలుపుతుంది. చూపుడు వేలును జస్ట్ చెవికి తగిలిస్తే చాలు కాల్ వినొచ్చు. చేతితో ఫోన్ పట్టుకోకుండా అంతకుముందు బ్లూటూత్ డివైస్‌లు వచ్చాయి కానీ అవి చెవికి తగిలించుకోవాల్సి వచ్చేది. ఆ తర్వాత స్మార్ట్ వాచ్‌లు ఫోన్లకు గేర్‌లుగా వచ్చాయి. కానీ అవి చూడ్డానికి అంత బాగోవు. కాల్ వస్తే బిగ్గరగా వినిపించి మిగతా వారికి కూడా సంభాషణ ఏమిటో తెలిసిపోతుంది. మనకు బాగా అలవాటు, స్టైల్‌కు, స్టేటస్‌కు సింబల్‌గా మారిపోయిన క్లాసిక్ వాచీల అందమే వేరు. అందుకే ఈ కొత్త పరికరాన్ని రూపొందించారు. ఎంచక్కా స్ట్రాప్‌ను చేతి వాచీ కింద తొడిగితే సరి. తొలుత 'టిప్ టాక్' అని పేరు పెట్టుకున్నా ఆ తర్వాత 'సిగ్నల్'గా మార్చారు. దక్షిణ కొరియాకు చెందిన ఇన్నోమ్డిల్ ల్యాబ్ వారు రూపొందించిన ఈ సరికొత్త పరికరం త్వరలోనే మార్కెట్‌లోకి రానుంది.



ఈ సంగీతం ప్రత్యేకం

ప్రపంచ వ్యాప్తంగా శ్రోతల్ని ఉర్రూతలూగించిన పాప్ మ్యూజిక్ ఒక ఎత్తయితే అందుకు ఉపయోగించే గిటార్, డ్రమ్స్ వంటి సంగీత సాధనాలు మరో ఎత్తు. సినిమాలు, మ్యూజిక్ షోస్, కచేరీల ద్వారా ప్రపంచానికి పరిచయమైన వాయిద్యాలు కొన్నయితే.. అంతగా కనిపించకున్నా మనసుని హత్తుకున్న వాయిద్యాలు మరికొన్ని. అంతగా కనిపించని ఆ సంగీత పరికరాలు ఆస్కార్ అవార్డుల్ని తెచ్చిపెట్టాయి. వాటి సంగీతం ప్రత్యేకం.

- శర్వాణి



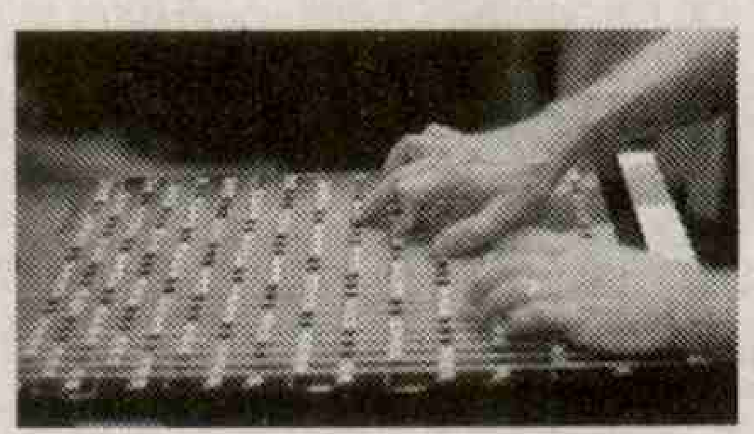
గ్లాస్ హార్మోనికా

బెన్ ఫ్రాంక్లిన్ 1761లో గ్లాస్ హార్మోనికా వాద్య పరికరాన్ని కనుగొన్నాడు. గాజు సీసాలతో సంగీతాన్ని సృష్టించడం దీని ప్రత్యేకత. ఒక రోజు స్నేహితుడు ఎడ్మండ్ డెలా వాల్ వివిధ నీటి స్థాయిల్ని కలిగిన గాజు గ్లాసులపై తన చేతి వేళ్లని రుద్దడం ద్వారా చేసిన శబ్దానికి ఆకర్షితుడయ్యాడు బెన్. అప్పుడే ఈ వాయిద్యాన్ని మరింత అభివృద్ధి చేయాలనుకున్నాడు. ఒక ఇనుప స్థూపాకార పరికరానికి వివిధ పరిమాణాల్లో ఉండే 37 వైన్ గ్లాసుల్ని అమర్చాడు. చేతివేళ్లతో గాజు గ్లాసుల్ని కదిలిస్తూ సంగీతాన్ని సృజించాడు బెన్. ఇటాలియన్ పదం హార్మొని నుండి స్వీకరించిన 'ఆర్మోనికా' తన వాయిద్యం పేరు. తర్వాత కాలంలో ఆ వాయిద్యానికి గ్లాస్ హార్మోనికా పేరు స్థిరపడింది. ఈ వాయిద్యం ద్వారా వచ్చే పెద్ద శబ్దాలని వినేందుకు కష్టంగా ఉండడంతో బహిరంగ ప్రదర్శనలు, మ్యూజిక్ షోస్‌లో వీటిని ఉపయోగించడం మానుకున్నారు. కానీ హాలీవుడ్ చిత్రాల్లో ఇది శబ్దం చేస్తూనే ఉంది. ప్రత్యేక వాతావరణాన్ని అనుభూతి చెందేలా ప్రేక్షకుల్ని ఆకట్టుకుంటూనే ఉంది.

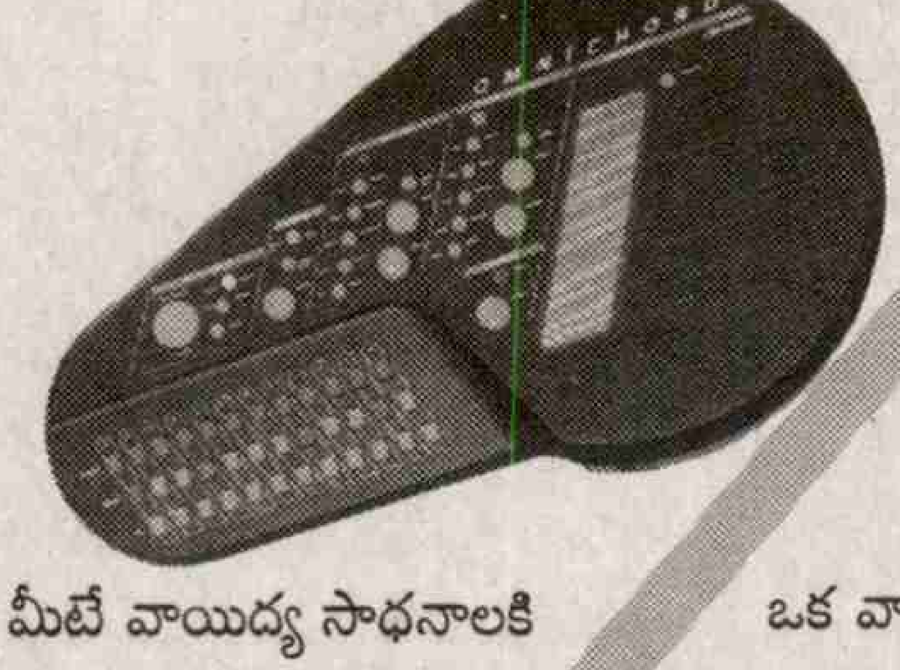
థెరెమిన్

ప్రపంచంలోనే మొదటి ఎలక్ట్రానిక్ వాద్య పరికరం థెరెమిన్. సోవియట్‌ల రెడ్ ఆర్మీలో ఇంజినీర్‌గా పనిచేసిన లియోన్ థెరెమిన్ ఈ వాయిద్య సృష్టికర్త. వాయువుల సాంద్రతని కొలిచేందుకు థెరెమిన్ ఒక పరికరాన్ని తయారుచేస్తుండగా తన చేతుల సామీప్యం కారణంగా దాని నుండి వెలువడుతున్న శబ్దాలను గమనించాడు. రెండు యాంటెన్నాల సాయంతో పిచ్, శబ్దాన్ని నియంత్రిస్తూ విద్యుదయస్కాంత శక్తిని ఉపయోగించి తయారు చేసిన వాయిద్యమే థెరెమిన్. లియోన్ థెరెమిన్ కనిపెట్టిన ఈ వాయిద్యానికి తన పేరే స్థిరపడింది. ప్రపంచంలో ఎలాంటి వాయిద్య పరికరాన్నయినా చేతి వేళ్లను మీటకుండా స్వరాలు పలికించలేము. కానీ పరికరాన్ని ముట్టకుండా చేతి వేళ్ల కదలికల ద్వారా రాగాల్ని పలికించడం థెరెమిన్ ద్వారానే సాధ్యపడింది. పాప్ సంగీతానికి చిరునామాగా చెప్పబడే హాలీవుడ్ చిత్ర సీమలో 1940లో ఈ వాద్యపరికరాన్ని ఎక్కువగా ఉపయోగించారు. ఇప్పటికీ ఉద్విగ్నతకు గురిచేసే బ్యాక్‌గ్రౌండ్ స్కోర్‌లో థెరెమిన్‌దే కీలక పాత్ర.

హార్పెజ్జి



సంగీత పరికరాల ఉత్పత్తుల తయారీలో పేరొందిన మార్కొడి మ్యూజికల్ ప్రొడక్ట్స్ సంస్థ వ్యవస్థాపకుడు టిమ్ మీక్స్. 1970లో ఎమ్మెట్ చాప్‌మెన్ కనిపెట్టిన చాప్‌మెన్ స్టిక్ పరికరాన్ని అనుకరించి హార్పెజ్జి వాయిద్య పరికరాన్ని రూపొందించాడు టిమ్. హార్పెజ్జిపై ఉండే ఫ్రెట్ బోర్డ్ స్ట్రింగ్స్‌ని కదపడం ద్వారా వెలువడే స్వరాలు గిటార్ స్వరాన్ని పోలుంటాయి. పియానో ధ్వనుల తరహాలో 24 తీగలతో వెదురుతో కె-24 మోడల్‌ని తయారుచేశారు. హాలీవుడ్ చిత్రం '127 అవర్స్' చిత్రానికి సంగీత దిగ్గజం ఎఆర్ రెహమాన్ స్వరపరిచిన గీతం 'ఇఫ్ ఐ రైజ్'. ఆస్కార్‌కి నామినేట్ అయిన ఈ పాట సంగీతంలో హార్పెజ్జిని ఉపయోగించారు.



ఓమ్నికార్డ్

సుజుకి కంపెనీ 1981లో మొట్టమొదట ఈ పరికరాన్ని కనుగొంది. స్వరాలకనుగుణంగా తీగల్ని మీటే వాయిద్య సాధనాలకి భిన్నంగా ఉంటుంది ఓమ్నికార్డ్. ఒక చేతి వేళ్లతో ఓమ్నికార్డ్‌పై ఉండే బటన్లని ఉపయోగించి ఆరోహణ, అవరోహణ స్వరాల్ని పలికిస్తూ మరో చేత్తో టచ్‌ప్యాడ్‌పై తడుతూ రాగాల్ని పలికిస్తారు. ఓమ్నికార్డ్‌పై అదనంగా కొత్త శబ్దాల్ని పలికించగల సామర్థ్యంతో తయారుచేసిన అధునాతన సాధనం క్యు ఖార్డ్.

సా

నిజానికి ఇది ఒక వాయిద్య పరికరం కాదు. 19వ శతాబ్దంలో అప్పలాచియన్ పర్వత ప్రాంతంలో చెక్కను కోసే ఒక సాధారణ రంపంపై ఫిడేలుతో రాపిడి కలిగించడం ద్వారా వచ్చిన శ్రావ్యమైన శబ్దాల కారణంగా వాడుకలోకొచ్చిందే ఈ వాద్యపరికరం. సాధారణంగా రంపపు కోత శబ్దాన్ని భరించలేరు. కానీ అదే రంపంతో చక్కటి సంగీతాన్ని సృష్టించడం ప్రత్యేకం. రంపాన్ని ఆంగ్ల అక్షరం 'ఎస్' ఆకారంలోకి మడిచి సంగీతాన్ని పలికిస్తారు. రెండు ఆక్టేవ్‌ల వరకు దీని రేంజ్ ఉంటుంది. వైబ్రాటోను కూడా చిన్న కదలికల ద్వారా తెస్తారు. అప్పుడప్పుడు ఆంగ్ల చిత్రాల్లో, పాప్ మ్యూజిక్‌లో పలకరిస్తుంటుంది దీని సంగీతం.

సందర్భం

గెలిచింది

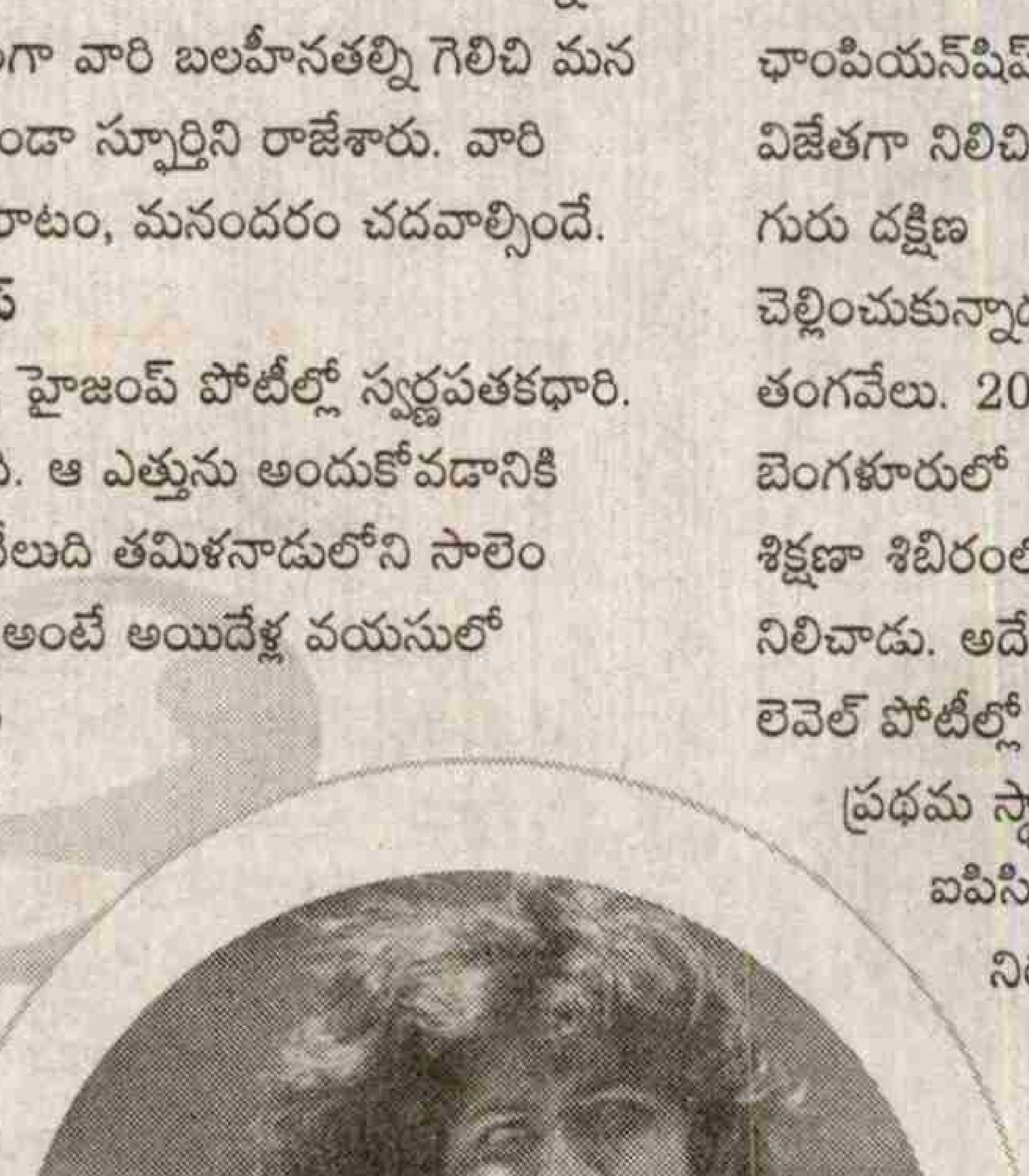
మరియప్ప తంగవేలు

విజేతల కథను ఈ రియో పారాలింపిక్స్ మరింత బిగ్గరగా వినిపించేలా ఆ చేశాయి. మన పారాలింపియన్లు దేశానికి రెండు స్వర్ణాలు, ఒక రజతం, ఒక కాంస్యం సాధించి వారి కథను, అస్తిత్వాన్ని లోకానికి చాటుతూ ఓటమి ధిక్కారాన్ని, గెలుపు పోరాటాన్ని అందరూ చదివేలా చేశారు. వీరు కేవలం పోటీల్నే గెలవలేదు అందరి మనస్సుల్ని గెలిచారు. ముఖ్యంగా వారి బలహీనతల్ని గెలిచి మన బలహీనతలపై విజయం సాధించేలా పుస్తకాల నిండా స్ఫూర్తిని రాజేశారు. వారి అకుంఠిత దీక్ష, అంకిత భావం, అలుపెరుగని పోరాటం, మనందరం చదవాల్సిందే.

తెగువ హైజంప్

మరియప్పన్ తంగవేలు రియో పారాలింపిక్స్ హైజంప్ పోటీల్లో స్వర్ణపతకధారి. ఆ ఒక్క పతకంతో అతడి కీర్తి అంతెత్తున ఎగసింది. ఆ ఎత్తును అందుకోవడానికి అతడు ఎన్నిసార్లు జీవితంలో పడిలేచాడో! తంగవేలుది తమిళనాడులోని సాలెం జిల్లా పేరియావడగంపట్టి గ్రామం. చిన్నతనంలో అంటే అయిదేళ్ల వయసులో జరిగిన బస్సు ప్రమాదంలో తన కుడి మోకాలును పోగొట్టుకున్నాడు తంగవేలు. కాలు కోల్పోవడానికి కారణమైన రాష్ట్ర రవాణాసంస్థపై తంగవేలు కుటుంబం నేటికీ పోరాడుతూనే ఉంది. తంగవేలు తండ్రి కుటుంబాన్ని వదిలేసిన నాటి నుంచి, ఆ కుటుంబాన్ని అనేక ఆర్థిక ఇబ్బందులు చుట్టుముట్టాయి. తంగవేలు తల్లి సరోజ రోజు మొత్తం కూరగాయలమ్ముకుని, బతుకు బండిని భారంగానే లాగేది. అలాగే సాగింది తంగవేలు జీవితం కూడా. అలా సాగిపోతున్న జీవితంలో తంగవేలుకు ఆటల మీద ఆసక్తి కలగడాన్ని తల్లి సరోజ గమనించింది. మొదట్లో తంగవేలు వాలీబాల్ ఆడేవాడు. ఈ ఆటలో కొన్ని ప్రత్యేకతలతో తంగవేలు ఆట తీరు అందర్నీ ఆకట్టుకుంది. ఆ తర్వాత హైజంప్ ఆయనలో ఆసక్తి కలిగించింది. సాధారణ క్రీడాకారులతో పోటీ పడి తన అసాధారణ ప్రతిభతో కనీసం రెండో స్థానం దక్కించుకునేవాడు. తనకు 14 ఏళ్ల వయసులోనే హైజంప్ పోటీల్లో తంగవేలు ద్వితీయ స్థానంలో నిలిచాడు. అది చూసి కదిలిపోయిన అథ్లెటిక్స్ కోచ్ సత్యనారాయణ తంగవేలుకు శిక్షణనిచ్చేందుకు ఒప్పుకున్నాడు. ఇక్కడే తంగవేలు జీవితం కీలక మలుపు తిరిగింది. సత్యనారాయణ పారాలింపిక్స్ వరకు తంగవేలు పయనాన్ని జాగ్రత్తగా ముందుండి నడిపాడు. తన 18 ఏళ్ల వయసులో 2013 నేషనల్ పారా అథ్లెటిక్స్ ఛాంపియన్‌షిప్ విజేతగా నిలిచి గురు దక్షిణ చెల్లించుకున్నాడు తంగవేలు. 2015లో బెంగళూరులో తలపెట్టిన శిక్షణా శిబిరంలో ప్రథమునిగా నిలిచాడు. అదే ఏడాది సీనియర్ లెవెల్ పోటీల్లో ఆయన ప్రపంచంలోనే ప్రథమ స్థానాన్ని కైవసం చేసుకున్నాడు. ఐపిసి టునిషియా గ్రాండ్ ప్రిక్స్ నిర్వహించిన వ్యక్తిగత పోటీ విభాగంలో 1.78 మీటర్లు దూకి స్వర్ణ పతకాన్ని తన ఖాతాలో వేసుకున్నాడు. అదే ఏడాది తను బ్యాచిలర్ ఇన్ బిజెనెస్ అడ్మినిస్ట్రేషన్‌లో పట్టభద్రుడయ్యాడు కూడా. యాక్సిడెంట్‌తో జీవితం కుంటుపడకుండా తంగవేలు గెలిచి చూపించాడు.

జీవితంలో గెలుపోటములు సహజం. నేటి యువత ఓటమిని జీర్ణించుకోలేక ఆత్మహత్యలకు పాల్పడుతోంది. జీవితమంటే నిరంతరం సాగే పయనం. ఓటమికి కుంగిపోకూడదు. కొంతమంది జీవితాలను చూస్తే ఇలాంటి జీవిత సత్యాలు మ కళ్లముందు సాక్షాత్కరిస్తాయి. "ఓటమి అనేది గెలుపునకు పునాది"అనే భావనను కల్గిస్తా స్ఫూర్తితో లక్ష్యం దిశగా జీవితాన్ని సాఫ చేసుకున్న కొంతమంది జీవితాల్ని గెలి పారాలింపియన్లు. వీరిలో కొందరు ఒలింపిక్స్ స్వర్ణ కాంక్షను నెరవేర్చ తృటిలో పతకం కోల్పోయిన ప్రతి ఒక్క పారాలింపియన్, పారాలింపియన్, అటు ప్రతి ఒక్కరూ విజేతే.



దీపా మాలిక్

అంతా షాకింగ్..

దేవేంద్ర జఝూరియా పారాలింపిక్స్‌లో రెండో స్వర్ణం సాధించిన భారతీయునిగా ప్రపంచ రికార్డు సృష్టించాడు. నాలుగు పదుల వయస్సులోను యువ పోటీదార్ల కన్నా దూరంగా జావెలిన్‌ను విసిరి బలహీనతల్ని నెగ్గి షాక్‌నిచ్చాడు. అలాంటి జఝూరియా జీవితం అంతా షాకింగ్‌గానే ఉంటుంది. దేవేంద్ర రాజస్థాన్‌లోని చురు జిల్లా వాస్తవ్యుడు. తన ఎనిమిదవ ఏటనే 11 వేల వాట్స్ ఎలక్ట్రిక్ కేబుల్‌ని తాకాడు. ఆయన శరీరమంతా దాదాపు కాలిపోయింది. వైద్యులు ఆయన ఎడమ చేతిని తొలగించేశారు. తనకేమో ఆటలంటే మహా ఇష్టం అంటాడు దేవేంద్ర. ఇప్పుడు మరెలా. మొదట్లో ఒంటి చేత్తోనే ఏదో ఒక ఆట ఆడటం అలవాటు చేసుకున్నాడు. కాస్త పెద్దయ్యాక ఒక చేత్తో కాస్త సులువుగా అనిపించే ఆటలేమున్నాయా అని గమనించాడు. జావెలిన్ త్రో తన కుడి చేతి బలానికి పోటీ పెడుతుందని తెలుసుకున్నాడు. వేగంగా పరిగెత్తేపుడు జావెలిన్

ఒక్క పోటీల్లోనే కాదు

బరువుకు శరీరం ఒక పక్కకు ఒరిగిపోతుంది. ఎడమ చేయి లేకపోవడంతో అది మరింత సమస్య అవుతుంది. అందుకే పరుగులో బ్యాలెన్స్ నేర్చుకున్నాడు. పక్కకు పడిపోయాడు. అయినా లేచాడు.. జావెలిన్ అందుకున్నాడు. అలా కొన్ని వేల ప్రయత్నాల్లో సూటిగా విసరగలిగాడు. లక్షల అభ్యాసాల్లో దూరం ఛేదించగలిగాడు. ఆయన విసురు 2004 పారాలింపిక్స్‌లో ప్రపంచానికి తెలిసింది. అప్పుడు నెలకొల్పిన రికార్డును తానే మళ్లీ 2016లో బద్దలుకొట్టాడు. అప్పటి వరకున్న 59.77 మీటర్ల రికార్డు 2004లో చెరిపి తన 62.15 మీటర్ల రికార్డును నెలకొల్పాడు. 2013లో నిర్వహించిన ఐపిసి ప్రపంచ అథ్లెటిక్ ఛాంపియన్‌షిప్స్‌లోను ఆయన స్వర్ణాన్ని సాధించాడు. 2012లో ఆయన పద్మశ్రీ పురస్కారం పొందిన మొదటి పారా అథ్లెట్‌గా చరిత్రకెక్కాడు. 2004లోనే అర్జున అవార్డుతో ఆయన్ను ప్రభుత్వం గౌరవించింది. అంగవైకల్యమనేది ప్రతిభకు ఏమాత్రం అడ్డంకి కాబోదు అంటారు దేవేంద్ర. దాన్ని రెండు సార్లు నిరూపించారు.

నిండు వెలుగు

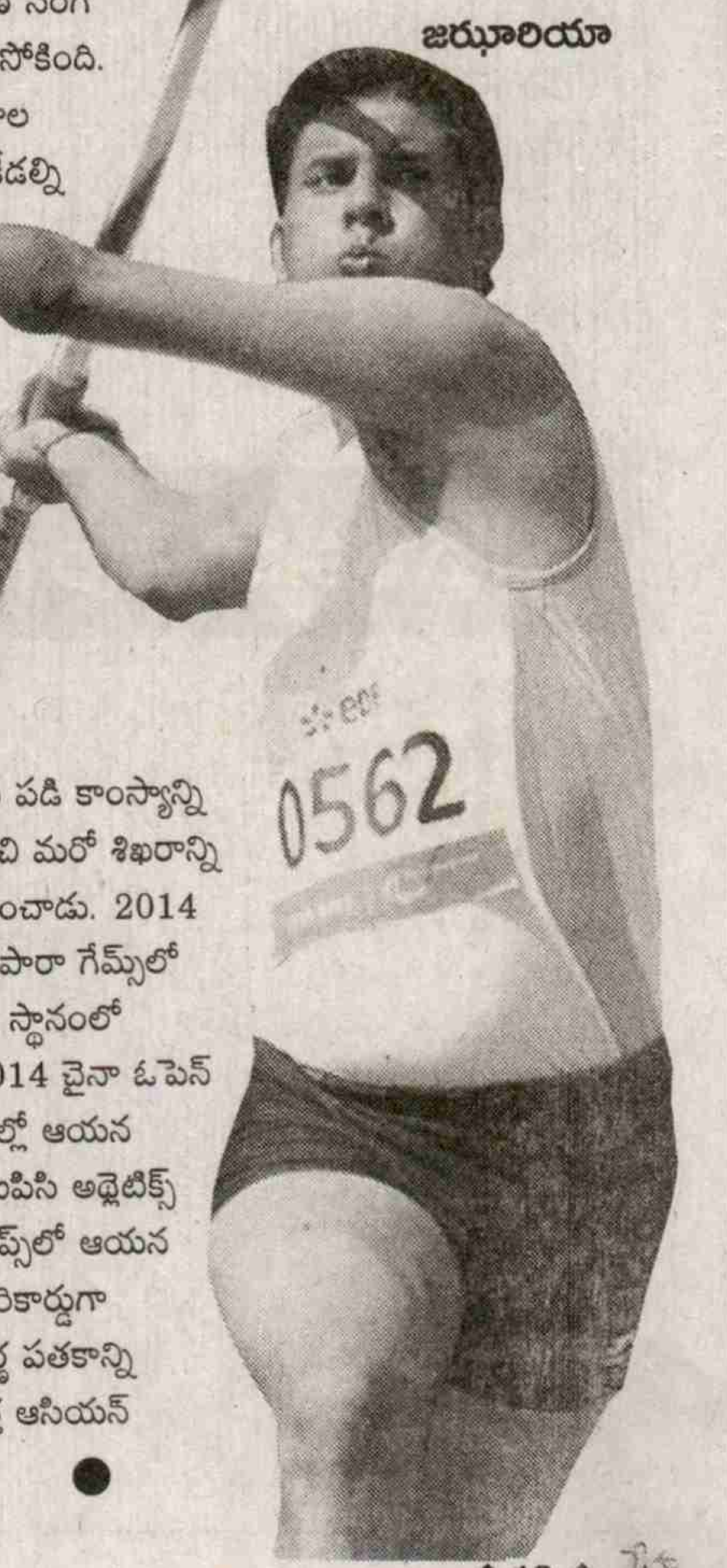
దీపా మాలిక్ పేరిట ఒక సూపర్ కామిక్ హీరోకి పెట్టొచ్చు. మాజీ బ్యూటీ క్వీన్, సాహస క్రీడాకారిణి, అంతేకాదు మంచి వ్యాపారవేత్త, బైకర్, విభిన్న ప్రతిభావంతురాలు, పారాలింపిక్స్ మెడలిస్ట్ దీపా మాలిక్. వీటన్నింటి వల్ల తానో రోల్ మోడల్. అద్భుతమైన ఉపన్యాసకురాలు. కదిలించే వ్యక్తిత్వ వికాస గురూ. ఇవన్నీ కాకముందు ఆమె ఒక సైనికుని భార్య, ఇద్దరు పిల్లల తల్లి. తనకు 30 ఏళ్లపుడు వెన్నెముకలో కణితి ఉందని వైద్యులు తేల్చడంతో ఆమె జీవితం ఒక్కసారిగా తలకిందులైంది. ఆ సమస్య వల్ల ఛాతీ కింది భాగమంతా పక్షవాతం వచ్చింది. చక్రాల కుర్చీకే పరిమితమైంది దీపా. తానొక జవాను కుటుంబం నుంచి వచ్చాననే విషయం ఆమెలో ధైర్యాన్ని, మనో నిబ్బరాన్ని కలిగించి తాను ఏదైతే చేయలేనని అంటారో ఆ విషయాల్ని గెలిచి తీరాలనే సంకల్పాన్ని శస్త్ర చికిత్స అనంతరం తీసుకుంది. తన జీవితాన్ని తనకిష్టమైన రీతిలో మలచుకుందామని నిర్ణయించుకుంది. ఆమె పరిస్థితిని చూచినవారు, ఆమె జీవితం ఇక ఇల్లు, చక్రాల కుర్చీకే పరిమితమౌతుందని అనుకున్న వారు విస్మయం చెందేలా దీపా ఈత, మోటారు స్పోర్ట్స్, జావెలిన్ అండ్ షాట్ పుట్‌లలో ప్రావీణ్యం సాధించింది. ఈ ఈవెంట్స్‌లో దీపా 58 జాతీయ, రాష్ట్ర స్థాయి మెడల్స్, 17 అంతర్జాతీయ మెడల్స్‌ని సాధించింది. ఆమె స్ఫూర్తివంతమైన పోరాటాన్ని గుర్తిస్తూ 2014లో ప్రెసిడెంట్స్ రోల్-మోడల్ అవార్డు, లిమ్కా పీపుల్ ఆఫ్ ది ఇయర్ అవార్డునూ గెలుచుకుంది. 2013లో కర్మవీర్ చక్ర అవార్డు, 2012లో అర్జున అవార్డులు అనేకం ఆమెను వరించాయి. రియో ఒలింపిక్స్‌లో షాట్‌పుట్ ఈవెంట్‌లో భారత్ తరపున ప్రాతినిధ్యం వహించింది. ఆత్మవిశ్వాసం, సాధించాలనే పట్టుదల ఉంటే ఏదైనా సాధ్యమే అంటారామె. కఠోర శిక్షణ పొందిన ఆమె రియో ఒలింపిక్స్‌కి శారీరకంగా, మానసికంగా సిద్ధమైంది. ఆమె అనుకున్నట్లుగానే భారత్‌కి ఒక రజత పతకాన్ని సాధించిపెట్టింది. చివరి నిమిషం వరకూ పోరాడు.. ఎన్నడూ నీ ఆత్మవిశ్వాసాన్ని కొల్పోవద్దు- అంటుంది ఆమె జీవితం.

మరో శిఖరం దాటి

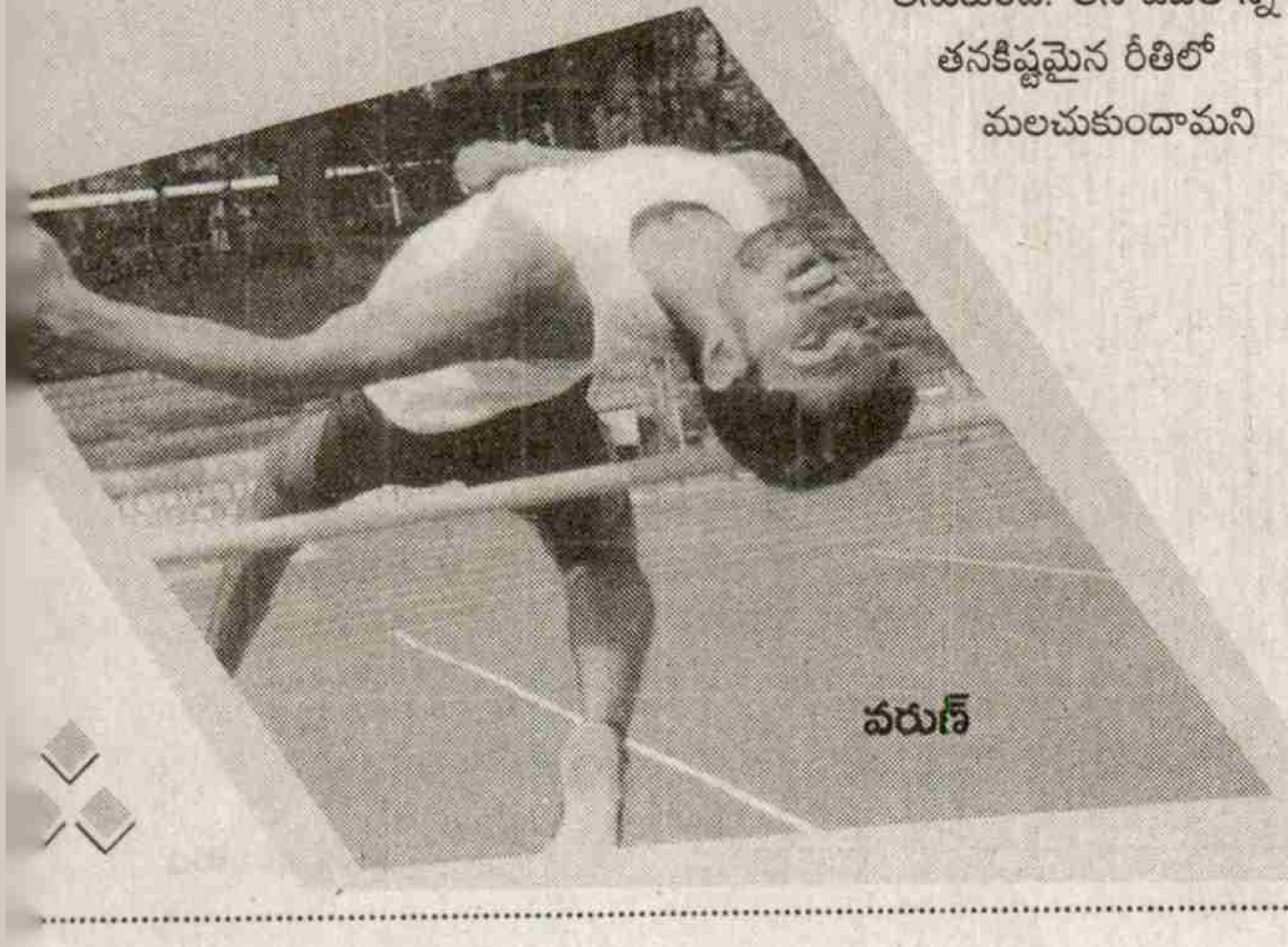
భారతీయ హైజంప్ క్రీడాకారుల్లో వరుణ్‌సింగ్ భాటి ఒకరు. వరుణ్ సింగ్ చిన్నతనంలోనే పోలియో వ్యాధి సోకింది. అంగవైకల్యం ఉన్నప్పటికీ పాఠశాల విద్యాభ్యాసం రోజుల్లో ఆయన క్రీడల్ని ఎంచుకున్నాడు. ఆ దిశలో చేసిన కృషి ఆయన్ని అంతర్జాతీయ స్థాయికి తీసుకెళ్లింది. వరుణ్ 1.60 మీటర్ల ప్రదర్శనతో 2012 లండన్ పారాలింపిక్స్‌కి అర్హత సాధించి తన కెరీర్‌లో ఓ శిఖరం దాటాడు. ఆయన రియో ఒలింపిక్స్‌లో ఎఫ్-42 కేటగిరిలో పోటీ పడి కాంస్యాన్ని సాధించి మరో శిఖరాన్ని అధిగమించాడు. 2014 ఆసియన్ పారా గేమ్స్‌లో ఆయన 5వ స్థానంలో నిలిచాడు. 2014 చైనా ఓపెన్ అథ్లెటిక్స్ ఛాంపియన్‌షిప్ పోటీల్లో ఆయన స్వర్ణాన్ని సాధించాడు. 2016 ఐపిసి అథ్లెటిక్స్ ఆసియన్ ఓపెన్ ఛాంపియన్‌షిప్స్‌లో ఆయన చేసిన 1.82 మీటర్ల ప్రదర్శన రికార్డుగా ఉంది. అందులోనే ఆయన స్వర్ణ పతకాన్ని గెలుచుకున్నారు. అదో సరికొత్త ఆసియన్ రికార్డుగా నమోదైంది. ●

ఱు. అదే
్యం
చారు. వారే
దేశానికి
నవారున్నారు.
ారున్నారు. అయినా
కాబోయే
దిలే పారా క్రీడాకారుడూ

- క.వి.చుసరా

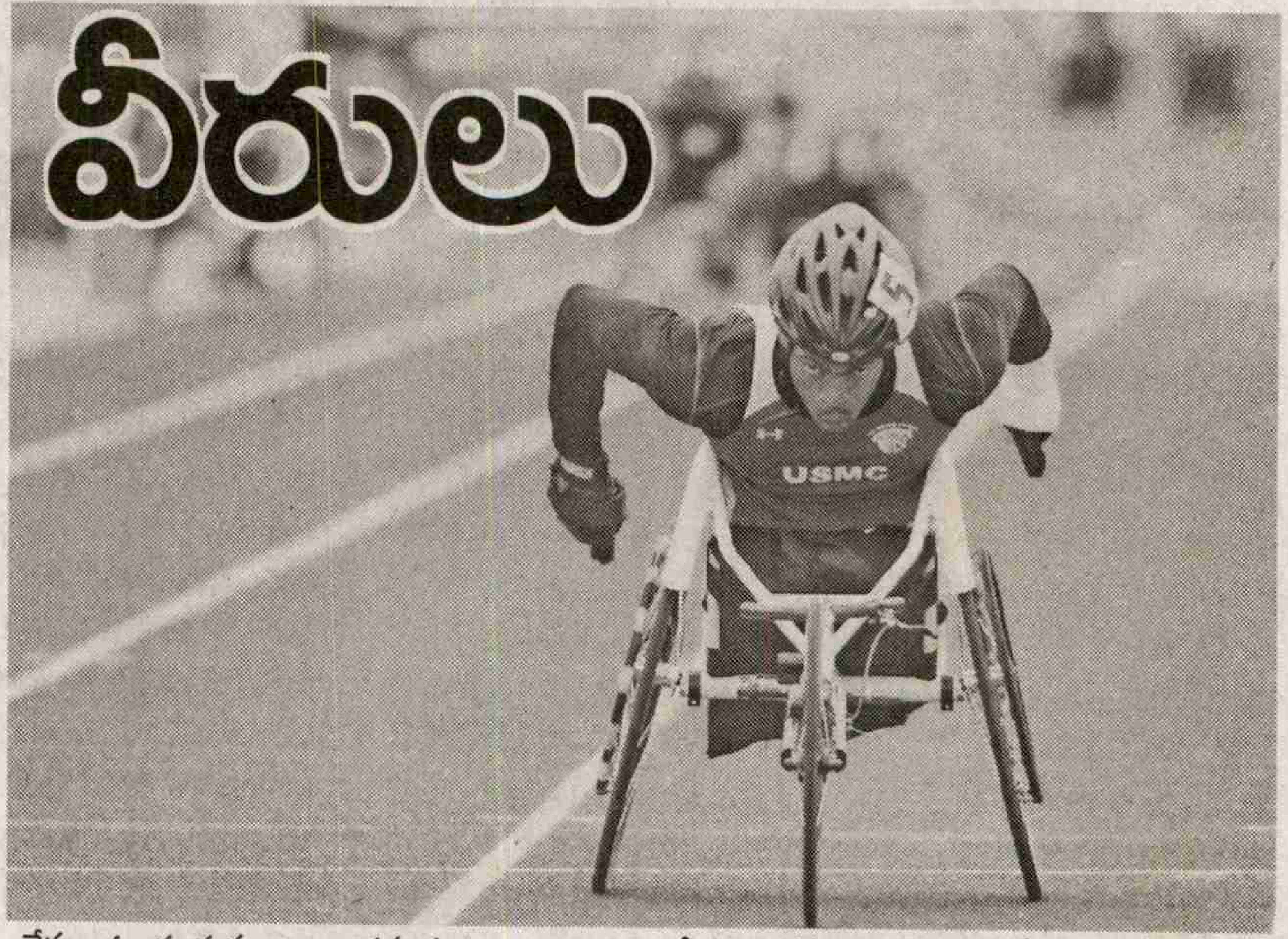


దేవేంద్ర జఝూరియా



వరుణ్

వీరులు



ఇలా ఉండాలనీ వాళ్లకే ఉండదు
నవ్వొచ్చినప్పుడు ఏడ్వాలని
కన్నీరొచ్చినప్పుడు తుడుచుకోవాలని
కాలం గిల్లి పోయినప్పటి బాధను
తల్చుకోవాలనీ ఉండదు
రెండు చంకల కిందా ఆసరాకీ రోజూ తోడొచ్చే
రెండు కర్ర ముక్కలూ
కూలిపోతున్న సౌధాలకి
కాపు కాస్తూ నిట్టనిలువునా పెరిగిన
కొండనైనా ఎక్కి పొమ్మంటాయి
ఏ మహాసముద్రం ముందో నిల్చుని నిన్ను
ఈదగలనని చేసే శపథం గురుతొచ్చినప్పుడల్లా
రమ్మంటూ పిలిచిన సముద్రమూ వెళ్ళలేవంటూ
వెనక్కి లాగే ఈ చక్రాల కుర్చీనీ విసిరేసి
అమాంతం లంఘించాలనే ఆత్రుతా
స్వప్నాలకి రెక్కలు తొడుగుతాయి
నవ్వడమొక్కటి ఇక్కడ తెలిసిన విద్య
కూర్చున్న దగ్గరే నీడ చిక్కటి నల్లరంగుతో
పరుచుకుంటున్నప్పుడు
నవ్వుతూ పలకరిస్తూ వేయి దీపాల కాంతి నిండిన
ఆ నవ్వు ముఖాల్ని చూసి
తన మరకల్ని తుడిచేసుకుంటాడు
కిటికీలో చంద్రుడు
నవ్వొచ్చినప్పుడూ, ఏడుపొచ్చినప్పుడూ
ఎదురైన ప్రతి నవ్వు దాని వెనుక దాగిన
జాలి పలకరింతలు
దేహానికి, నేలకి రాపిడై సలుపుతున్న గాయాలు
సాగుతున్న దారంతా ముళ్ళకంచెల హద్దు
దేహం ఓ యుద్ధ స్థలం అయినప్పుడు
కలబడటానికి అవహేళన ఆయుధాలు సిద్ధంగా
ఉంటాయి
ఎక్కడా గుండెలవిసి పోవు
ఒక్క కన్నీటి చుక్కా నేలరాలదు
అక్కడా అదే నవ్వు ముఖం
నిండుదేహంతో రాజీపడుతూ
బాధాతప్త జీవితాలతో
నిత్యం సంఘర్షించే
సమాజానికి
గుండె కొట్టుకోవడానికే కాదు హత్తుకోవడానికని
నీరుగారి పోతున్న గుండెలకి రేపటి సూరీడొచ్చే
వరకూ
దేహం మొత్తం ఒక చెయ్యై కరచాలనం
కోసం ప్రపంచాన్ని రమ్మని సవాల్
ప్రకటిస్తున్నప్పుడు
వారు సమాజం ముందు దివ్యాంగులు
ఆత్మ విశ్వాసానికి మారు పేరున్న వీరులు

- అనిల్ డ్యాని
9703336688

ఓ మొక్కను పెంచుకున్నా బాగుండేది!

గూడు చెదిరిన పక్షిలాంటోణ్ని
వయసుడిగిపోయిన కబోధిని
రసం పీల్చి పడేసిన
చెరకు పిప్పిలాంటోణ్ని
ఎవరికీ పట్టని పిపీలికాన్ని
పంట కోసిన పొలాన్ని
అలుగు విరిగిన హలాన్ని
దూరంగా విసిరేయబడ్డ
ఒంటరి ద్వీపాన్ని
పస్తులుండి పాలు కొన్నాను
ఆస్తులమ్మి చదువుకొన్నాను
రక్తాన్ని చెమటగా మార్చి
పంట కాలువలా ప్రవహించాను
సమస్త కాలుష్యాలను పీల్చి
ప్రాణవాయువునిచ్చాను
బలీయమైన రెక్కలు తయారు చేశాను
పడమటి గాలికేసి సాగిపోయింది పిల్ల పక్షి
డాలర్ల చేపల వేటలో
ఫెలికాన్లా మారిపోయింది
ఉన్న ఊరును మరిచింది
కన్న తల్లిని విడిచింది
దుఃఖ పడుతున్న సమయాల్లో
వీడియో సందేశాలు పంపింది
జ్ఞాపకాల నెమరవేతలో
కన్నీరవుతున్నప్పుడు
తడిలేని గాజు తెర మీద
కిసుక్కున మెరిసింది
ఎండ కురిస్తే నీడనిచ్చేది
వాన పడితే గొడుగు పట్టేది
చలికి వణికితే చిదుగులిచ్చేది
ఆకలేస్తే కాయలిచ్చేది
దాహమేస్తే నీటినిచ్చేది
వయసు పైబడి ఒణికితే
ఊత కర్రనిచ్చేది
బతికినంత కాలం
స్వచ్ఛమైన గాలినిచ్చేది
బతుకు చాలించాక
ఈ కట్టెను కాల్చేందుకు తనను తాను
ముక్కలుగా నరుక్కుని
కాసిన్ని కట్టెలిచ్చేది...
ఓ మొక్కను పెంచుకున్నా బాగుండేది..!

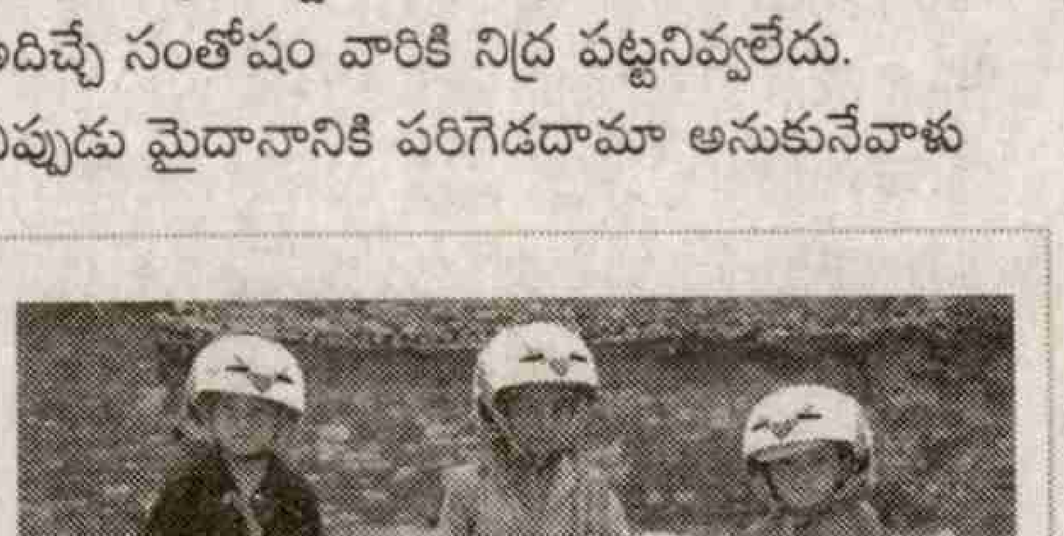
- చిత్తలూరి
9133832246

ఓ స్కేట్ బోర్డ్‌తో ఓ గ్రామం తీరును మార్చేయొచ్చా? ర్ర్ర్..మని తిరిగే ఆ చక్రాలు గ్రామ గతిని మార్చేస్తాయా? కచ్చితంగా అంటూ స్కేట్‌బోర్డ్‌తో వాలునెక్కుతున్నారు బుందేల్‌ఖండ్‌లోని జన్‌వార్ పిల్లలు. తీవ్ర లింగ, కుల వివక్షలకు చిరునామాగా ఉండే ఆ వెనుకబడిన ప్రాంతంలో కొత్త తరానికి సంకెళ్లు తెంచుతోంది స్కేట్ బోర్డింగ్. విదేశాల్లో పాప్ కల్చర్‌గా సాగిన ఈ క్రీడ దేశంలోని అతి వెనుకబడిన ప్రాంతంలో ఎలా చక్కర్లు కొడుతుందో.. అసలు పిల్లలతో అతి తీవ్ర వివక్షలను ఎలా తరిమేస్తుందో తెలుసుకోవాలంటే ఒక్కసారి జన్‌వార్ స్కేట్ క్యేసిల్‌కు వెళ్లాలి మా మాటల్లోనైనా.

వినూత్నం

ఊరి చక్రం తిరిగింది

అది పన్నా జాతీయ పులుల సంరక్షణ ప్రాంతం. పెద్దల నియంతృత్వాల్లో, కులాల కుమ్ములాటల్లో, పురుషాధిపత్య పైత్యంలో కుగ్రామాలు నలిగిపోయేది. ఈ విషయాలన్నీ జర్మనీకి చెందిన స్వచ్ఛంద సేవకురాలు ఉల్‌రైక్ రీన్‌హార్ట్‌కు 2012లో భారత్ పర్యటనలో తెలిశాయి. ఆమె అంతకుముందు అఫ్ఘానిస్తాన్‌లోను కార్యక్రమాలు చేపట్టింది. ముసుగు దాటి ఓ అమ్మాయి బడికి ఆ తర్వాత మైదానానికి అడుగు వేసే వరకు పోరాడింది. తర్వాత జన్వార్ వరకు వచ్చేసింది. వస్తూ వస్తూ అఫ్ఘాన్‌లో విజయవంతమైన స్కేట్ బోర్డింగ్ ఆట ఆలోచనను మోసుకొచ్చింది. జన్వార్ కోట (జన్వార్ కేజిల్) పేరుతో గ్రామం చివరన ఓ ఆట మైదానాన్ని తయారుచేయించింది. అక్కడి వారికి ఇక స్కేట్ బోర్డింగ్ గురించి ఏం తెలుస్తుంది. తొలుత ఒక్క పిల్లాడూ అటువైపు చూడలేదు. ఆ తర్వాత కొందరు విదేశీ స్కేటర్లు అక్కడ సరదాగా ఆడుతుంటే భిన్నంగా ఉన్నారనో, వారు చేసే ఫీట్లు భలేగా నచ్చో తెలీదు కానీ పిల్లలు ఒక్కొక్కరుగా మైదానం బయట పోగవడం మొదలెట్టారు. ఉల్‌రైక్‌కు కావాల్సింది అదే. వచ్చిన పిల్లల్ని వచ్చినట్టు మైదానంలోకి తెచ్చేసింది. తాగుబోతుల అడ్డంకి తొలగిపోవడంతో చిన్నారులు భయం లేకుండా రోజూ మైదానానికి చేరుకునే వాళ్లు. ఆ తర్వాత స్కేట్‌బోర్డింగ్‌లో తర్ఫీదు ఇప్పించింది. అదిచ్చే సంతోషం వారికి నిద్ర పట్టనివ్వలేదు. ఎప్పుడు మైదానానికి పరిగెడదామా అనుకునేవాళ్లు. ఆ తర్వాత ఇళ్ల వద్దకు వెళ్లి ఆడపిల్లల్ని నేను అమ్మాయినేగా అంటూ మైదానానికి వెంటబెట్టుకొచ్చింది. వారికి మగపిల్లలతో మైదానంలో ఆడుకోవడం కలలో మాట. అది అలాంటిది అంత తేలికా అనిపించింది. ఆ తర్వాత ఆటల్లో పడిపోయిన పిల్లలకు పక్కవాడు తమ కులపోడా కాదా అనే ప్రశ్న తలెత్తలేదు. కలిసిమెలిసి కొత్త ఫీట్లు చేస్తూ చేతులు కలుపుతూ.. హై ఫైవ్‌లిచ్చుకుంటూ కులాల దురదను వదిలించేసుకున్నారు పిల్లలు.



షరతులతో మార్పు

హాయిగా నవ్వుతూ తుళ్లుతూ ఆడుకుంటున్న వారికి మొదటి షరతు ఎదురైంది. అదేమిటంటే ఎంత చిన్న పిల్ల అయినా ఆడపిల్ల అడిగితే.. అక్కడ వరకు ఎందుకు కేవలం చెయ్యెత్తి సంకేతమిస్తే చాలు ఎంత పెద్ద అబ్బాయి అయినా స్కేట్‌బోర్డ్ ఆడుకునేందుకు ఇవ్వాల్సిందే. అది ఆట మధ్యలోనైనా, అప్పుడే మొదలు పెట్టినా. లేకుంటే మైదానానికి రావాల్సిన అవసరం లేదు. అది ఎలా కుదురుతుంది. బాగా అలవాటు పడిపోయారు మరి. అందుకే అంత వరకు ఆడపిల్లను పట్టించుకోని వాళ్లు వాళ్లకు పెద్ద పీట వేశారు. ఇళ్లల్లో అన్నాళ్లు వింటున్న, చూస్తున్న, నేర్పిన వివక్ష మైదానంలో ఆగిపోయింది. తర్వాత కుటుంబాలకు పాకింది. ఇది విజయవంతం అయ్యాక రెండో షరతు పెట్టింది ఉల్‌రైక్. అదేంటంటే విద్యార్థులు మాత్రమే మైదానంలో అడుగుపెట్టాలి. ఆ ప్రాంతంలో ఓ ప్రభుత్వ పాఠశాల ఉంది. కానీ విద్యార్థులు చేరరు. ఉన్నవాళ్లు సరిగా హాజరు కారు. అందుకే అధ్యాపకులు ఉండరు. ఇప్పుడు పిల్లలంతా బడికి ఎగబడ్డారు. లేకుంటే ఆటకు ఎక్కడ ఎగనామం పడుతుందేమోననే బాధ వారిది. ఆ తర్వాత చదువుల్లో మంచి మార్కులు వచ్చిన వారు స్కేట్‌బోర్డ్‌లు సొంతానికి ఉంచుకోవచ్చు. వావ్... మార్కుల పంట మొదలైంది. అంతకన్నా ఆశ్చర్యంతో చూసే 'కిండ్‌ల్'లాంటి బహుమతులు అందాయి. అది సాంకేతికతను పరిచయం చేయడానికే. ఇపుడు అక్కడ 10+2 వరకు చదువుకునేందుకు అవకాశముంది. కొత్త మాస్టార్ కూడా వచ్చారు. ఇప్పుడు మూడో షరతు కాని షరతు. ఈసారి పెట్టింది పిల్లలు పెద్దలకు. ఎప్పుడు సారా తాగి కొట్టుకుని హత్యల వరకు తెచ్చుకునే పెద్దల్ని ప్రాధేయపడో తమ ప్రతిభను ప్రదర్శించో దెబ్బలు తినో చివరాఖరకు మైదానం దగ్గరకు తెచ్చారు. మద్యం ఇవ్వలేని కిక్కు పెద్దలకు తమ బిడ్డల స్కేట్ బోర్డింగ్ టాలెంట్‌లో కనిపించింది. సారా ప్యాకెట్లు దూరమయ్యాయి. చప్పట్లు మోగాయి. పిల్లలకు ప్రేక్షకులు దొరికారు. ఒకప్పుడు పట్ట పగలు కూడా మత్తు నిద్రలో ఊగులాడుతుందేమో అనుకున్న ఊరిలో ఇప్పుడు ఇళ్లు గలగల నవ్వుతూ సందడి చేస్తున్నాయి.

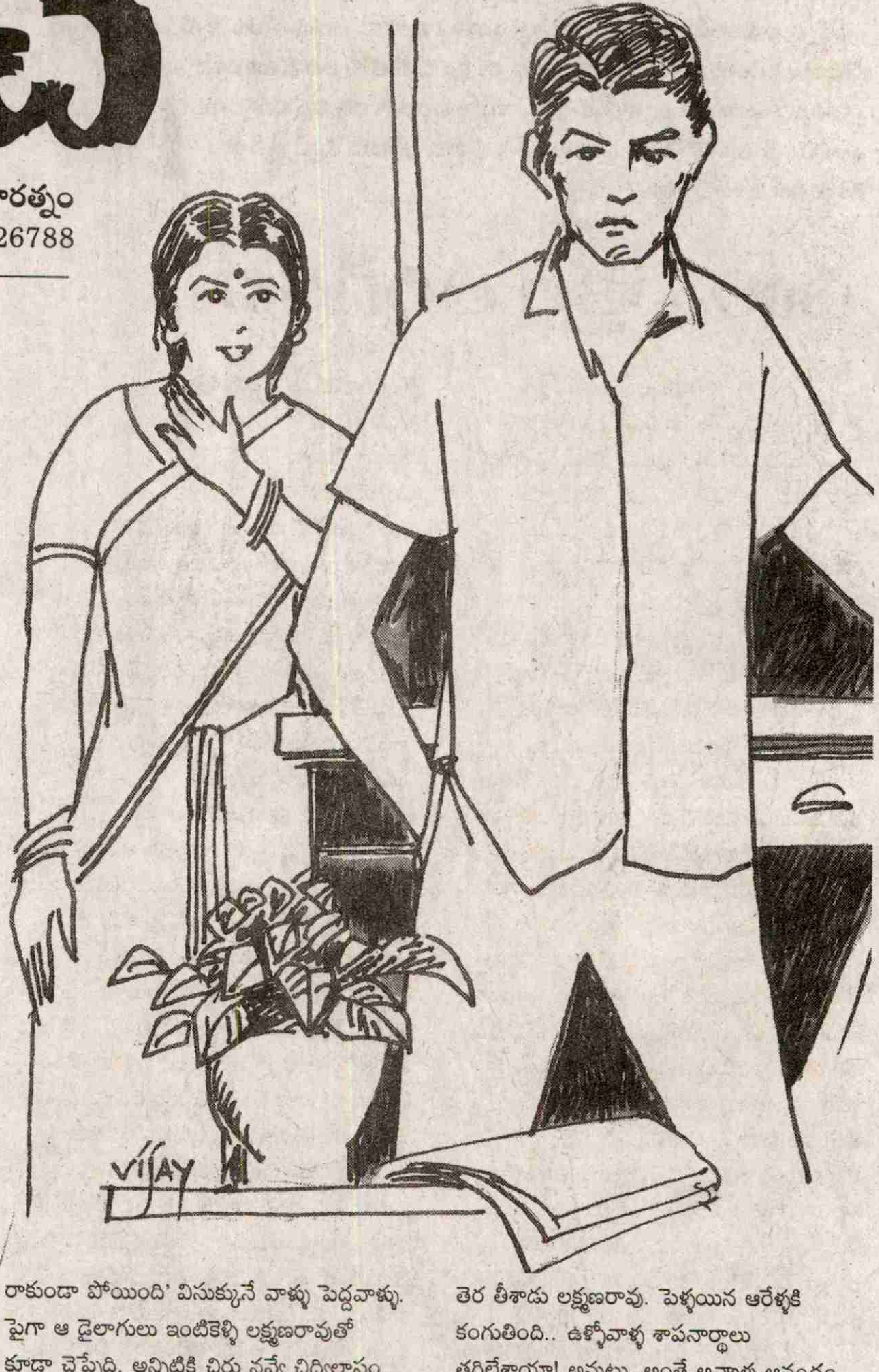
స్థానికుడు శ్యామేంద్ర సింగ్ సహాయంతో భాషా సమస్య నుంచి బయటపడిన రీన్‌హార్ట్ ఆ వూరి ప్రధాన సమస్యలకు చక్కటి పరిష్కారాన్ని చూపింది. స్కేట్‌బోర్డింగ్‌తో పాటు ఇంగ్లీషు, పెయింటింగ్, హూలా హబ్, నృత్యం, స్లాక్‌లైన్ వంటివి నేర్పుతున్నారు. జన్వార్ గ్రామానికి చేరుకోవడానికి ప్రధాన రహదారి నుంచి సుమారు 4 కిలోమీటర్ల మేర నడవాల్సి ఉంటుంది. అందుకే ఆమె ప్రయాణానికి బుల్లెట్‌ను నమ్ముకున్నారు. ఒంటరిగా డుగ్.. డుగ్.. మంటూ బుల్లెట్‌పై ఆమె వస్తుంటే పిల్లలందరికీ అలార్మ్ శబ్దం వినిపిస్తున్నట్టు ఉంటుంది. అందరూ తమ స్కేట్ బోర్డ్‌లతో మైదానానికి దూసుకువస్తారు ర్ర్ర్..మంటూ.

– పద్మా సతీష్

కంచె

కథ

- పి.ఎల్.ఎన్. మంగారత్నం
9701426788



లైబ్రరీలో కూర్చుని వారపత్రికలు చదువుతోంది చంద్రకళ. వారంలో ఒకే ఒక్కరోజు.. అదీ ఆదివారం సాయంత్రం మాత్రమే లైబ్రరీకొస్తుంది. మిగిలిన రోజుల్లో ఆఫీసు.

గబగబా చదువుతున్నా.. ఆ కథ ఎందుకో.. మనసుకి హత్తుకుంది. రచయిత తన పక్కింటిలో ఉండి తన జీవితాన్ని దగ్గరగా చూసి రాశాడా! అన్నట్లు.. ప్రతి విషయానికీ పోలికలు కనిపిస్తున్నాయి. అందులో కథానాయిక అనుపమ.. సరిపడని భర్తతో ఇమడలేక అతని నిరంకుశత్వానికి ఇంకా.. ఇంకా బలైపోక.. ఆర్థిక స్వాతంత్ర్యం ఉండటంతో పిల్లల్ని తీసుకుని ఇంటి నుంచి వెళ్ళిపోతుంది. రచన పరంగా కథానాయిక సహనవంతురాలు, ధైర్యవంతురాలు, నిజంగా అది ఒక మంచి పనే. అలా లేనివాళ్ళు పిల్లల్ని చంపి.. వాళ్ళూ చనిపోతున్నారు. తమ తరువాత పిల్లలు అనాథలు కాకూడదని, చావు సమస్యలకి పరిష్కారం కాదని అందరికీ తెలిసినా క్షణికావేశం అనర్థాలకి దారితీస్తోంది. ఎన్ని కష్టాలు వచ్చినా బ్రతికంటూ ఉంటే ఆ విషయం వేరు.

ఆ రాత్రి భోజనాలు ముగించి మంచం మీద పడుకున్నా ఆ మినీ కథే మనసులో మెదిలింది చంద్రకళకి. తండ్రి ఆర్థిక పరిస్థితిని బట్టి తను ఇష్టపడే చేసుకుంది లక్ష్మణరావుని. 'అతనికి సంపాదన లేదుగా' అడిగారు చాలామంది. 'నాకుందిగా. ఇండియాలో నూటికి తొంభై శాతం కుటుంబాలు ఒక్క సంపాదనతో జీవిస్తున్న వాళ్ళే' బదులు చెప్పింది. వెంట వెంటనే పిల్లలు పుట్టుకు రావడంతో.. పిల్లల సంరక్షణలో మునిగిపోయి గృహమే కదా స్వర్గసీమ అన్నట్లు ఉండిపోయాడు లక్ష్మణరావు.

'సార్‌కి ఎక్కడైనా ఉద్యోగం వచ్చిందా?' అని ఎవరైనా అడిగితే.. కాంపిటేటివ్ పరీక్షలు రాసి కప్పదాట్లు వేస్తున్నా కూడా 'పిల్లలు చిన్నవాళ్ళు ..వాళ్లనెవరు చూస్తారు' అనేది.

'మీరలా అనబట్టే .. సార్‌కి ఉద్యోగం రాకుండా పోయింది' విసుక్కునే వాళ్ళు పెద్దవాళ్ళు. పైగా ఆ డైలాగులు ఇంటికెళ్ళి లక్ష్మణరావుతో కూడా చెప్పేది. అన్నిటికి చిరు నవ్వే చిద్విలాసం.

• • •

పిల్లలు పెరిగి పెద్దవాళ్ళయి స్కూళ్ళకి వెళ్ళడంతో.. ఖర్చులు పెరిగి ఊళ్ళోవాళ్ల మాటను ఈసారి 'తన మాట'గా పలికింది లక్ష్మణరావుతో. ఇంటి పట్టున ఉండి సుఖానికి అలవాటు పడిపోయిన ప్రాణం. 'మాకు ఒకళ్ళ కింద పని చెయ్యాల్సిన అవసరం లేదు. నేను ఎక్కడికి వెళ్ళను. ఏ పని చెయ్యను.' మనసులో మాటకు తెర తీశాడు లక్ష్మణరావు. పెళ్ళయిన ఆరేళ్ళకి కంగుతింది.. ఊళ్ళోవాళ్ళ శాపనార్థాలు తగిలేశాయా! అన్నట్లు. అంతే అన్నాళ్ళ ఆనందం ఆవిరైపోయింది. ఎవ్వరికీ నోరువిప్పి చెప్పుకోలేని కష్టం. 'మాకు' అని తమదేదో జమీందారీ వంశం అన్నట్లు మాట్లాడాడు కానీ, వాళ్ళ ఊరిలో వాళ్ళమ్మకు ఓ చిన్న కిరాణా దుకాణం. అదే వాళ్ళ జమీ. అప్పుడు వాళ్ళమ్మ సంపాదించి పెడితే. ఇప్పుడు పెళ్ళాం సంపాదించి పెడుతుంది. గొర్రె తోక బెత్తెడే అన్నట్లు ఆర్థిక పరిస్థితి మెరుగుపడుతుందనే ఆశ అడుగంటుకు

పోవడంతో సంసారంలో గొడవలు మొదలయ్యాయి. సరదాలు కరువయ్యాయి. ఏమైనా అంటే చేయి చేసుకోవడం మొదలెట్టాడు. ఇంత బతుకు బతికి ఇంటెనకాల చచ్చినట్టు.. ఆఫీసులో అందరితోనూ 'మేడం' అనిపించుకుంటుంటే.. ఇంట్లో పరిస్థితి ఇలా. ఓసారి.. ఓ పది రూపాయల విషయంలోనే గొడవ చిలికి చిలికి గాలివాన అయ్యింది. వినాయక చవితి చందాకి వచ్చిన అబ్బాయికి లక్ష్మణరావు 'చందా' రాసి బీరువా తెరవబోతే రాలేదు. ఎప్పుడూ లేనిది ఆరోజు తాళం వేసింది తను. ఇంటి ఖర్చులు అదుపులో ఉండాలని. ఆ అబ్బాయితో 'రేపురా' అన్నాడట లక్ష్మణరావు. దానికి వాడు 'మళ్ళీ .. రేపు రావాలా? దగ్గర పదిరూపాయలే లేవా?' అని అనుకుంటూ పోయాడట. అది లక్ష్మణరావు అహాన్ని దెబ్బతీసింది.

సాయంత్రం ఆఫీసు నుంచి ఇంటికొచ్చిన తనతో గొడవ పెట్టుకున్నాడు. "నేను మా ఊరు వెళ్ళిపోతున్నాను. చాలా రోజుల వరకూ రాను" అంటూ సూట్కేసులో బట్టలు, బూట్లు కనిపించినవి కనిపించినట్లే కుక్కుకుని వెళ్ళిపోయాడు.

• • •

ఏమీ చెయ్యలేని పరిస్థితిలో పిల్లలతో ఒంటరిగా రోజులు నెట్టుకొస్తోంది. లక్ష్మణరావు వెళ్ళిపోయినప్పటి నుంచి ఇంటి ఓనరమ్మ గారితో స్నేహంలో తేడాలొచ్చాయి. 'మీ సార్ ఎప్పుడొస్తాడు' అనే మాట తప్ప మరో మాట మాట్లాడటం మానేసింది ఆవిడ. ఆ ప్రశ్నకు సమాధానం చెప్పలేక ఆ ఇంటికి వెళ్ళడం మానుకుంది. ఇంతలో.. ఎప్పుడో 'కమీషనరు ఆఫీసు, హైదరాబాదు' కి పెట్టుకున్న ట్రాన్స్‌ఫర్ అర్జీ'కి ఇప్పుడు మోక్షం వచ్చి ఉన్న ఊరు కదలాల్సి వచ్చింది తనకు.

కొత్త ఊరిలో పెద్ద ఆఫీసుకి వెళ్ళాల్సి రావడంతో ఒక మంచి చీరే అయినా ఉంటే బాగుండుననిపించి అరువు దుకాణానికి వెళ్ళి ట్రాన్స్‌ఫర్ అయినట్లు చెప్పకుండా.. ఎప్పటిలాగే తనకు, పిల్లలకు ఒక్కో జత బట్టలు తీసుకుంది.. పూర్తిగా వెళ్లే ముందు బాకీ తీర్చేయ్యవచ్చన్న ధీమాతో.

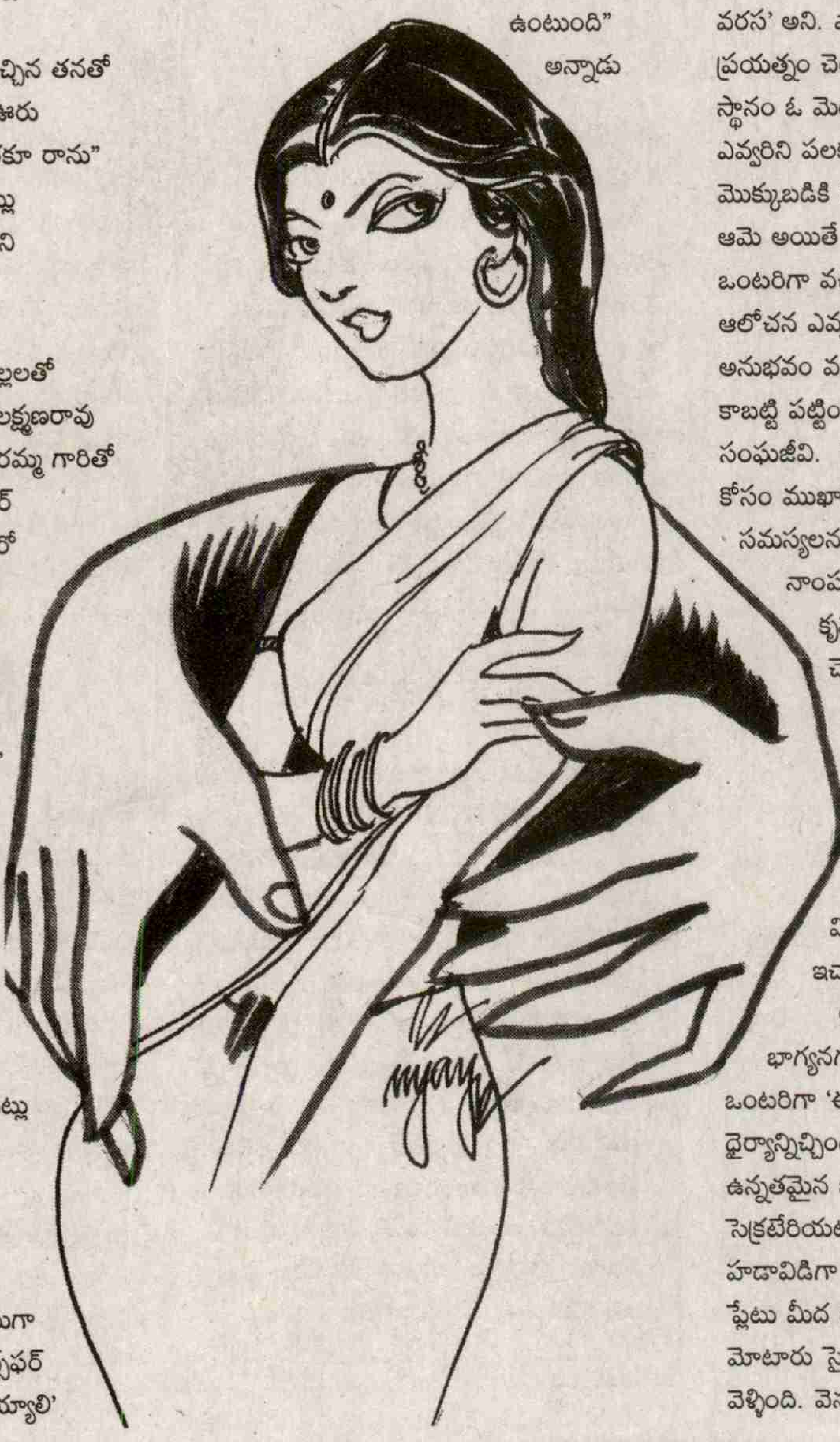
అప్పటికప్పుడు టైలర్‌కిచ్చి 'అర్జంటుగా కుట్టాలి. నాకు హైదరాబాదు ట్రాన్స్‌ఫర్ అయ్యింది. మూడు రోజుల్లో ఇచ్చెయ్యాలి' అంది.. స్నేహాన్ని పురస్కరించుకుని.

హైదరాబాదు వెళ్లిపోతున్నారా! మీ సారొచ్చిండా" అడిగింది ఆవిడ. ఒక్క క్షణం 'ఆశ్చర్యం'. నాలుగు లైన్ల అవతల ఉండే ఆవిడ చాన్నాళ్ళుగా తనకు కనిపించనే లేదు. భర్త ఇంట్లో లేడని తను ఎవ్వరితోనూ అనలేదు. అయినా ఆవిడకు తన విషయం తెలిసింది. మంచి కన్నా చెడు ముందు వ్యాపించడం అంటే ఇదేనేమో!

తండ్రి రాఘవరావుకి టెలిగ్రాం ఇచ్చి పిలిపించికుని కొత్త ఉద్యోగానికి బయలుదేరింది.

"లక్ష్మణరావుకి ఉత్తరం రాయకపోయవా? వచ్చి తీసుకెళ్ళేవాడు కదా! పెళ్లి చేసిన తరువాత కూడా నేను ఇలాంటి కష్టాలు ఏం పడగలను." అడిగాడు తండ్రి. "ఆయన్ను నేను వెళ్ళిపొమ్మని అనలేదు"

"అయినా సరే! చెప్పకపోతే తప్పు మన మీద ఉంటుంది" అన్నాడు రాఘవరావు.



• • •

హైదరాబాదులో మేనత్త గారింటిలో దిగి అక్కడికి దగ్గరలోనే అద్దె ఇల్లు వెతుక్కుంది తను. 'ఇంట్లో ఎంతమంది ఉంటారు' ఇల్లు చూపిస్తూ అడిగింది ఇంటావిడ. 'నేనూ, ఆయనా, ఇద్దరు పిల్లలు' తడుముకోకుండా చెప్పింది. 'అంటే ఉద్యోగం నాదే. ఆయన ఖాళీగా ఉంటారు. ప్రస్తుతం వాళ్ళ ఊరిలో ఇల్లు కట్టిస్తూ అక్కడ ఉన్నారు' అంటూ అడగని సంజాయిషీ కూడా ఇచ్చింది. 'అక్కడ' అన్న మాటను వత్తి పలుకుతూ. అక్కడ ఉండబట్టే ఇప్పుడు దగ్గరలేరు అన్న అర్థం వచ్చేలా. ఇల్లు దొరికింది. ఇంటి సామానులు తెచ్చుకునేటపుడు బంధువుల అబ్బాయిని తోడు తెచ్చుకుంది. ఎవరేం వరుసలు ఆపాదించుకుంటారోనని ముందే చెప్పింది. 'మరిది వరస' అని. వాళ్ళ కళ్ళలో భావం చదివే ప్రయత్నం చెయ్యకపోయినా వాళ్ళ దృష్టిలో తన స్థానం ఓ మెట్టు దిగజారింది. చుట్టుపక్కల ఎవ్వరిని పలకరించలేకపోయింది. పలకరించినా మొక్కుబడికి సమాధానం చెప్పేవారు. పక్కింటి ఆమె అయితే మొహాన్నే తలుపులేసేది. పిల్లలతో ఒంటరిగా వచ్చిన ఆమెతో స్నేహాన్ని పెంచుకునే ఆలోచన ఎవ్వరికీ ఉన్నట్టు కనిపించలేదు. ఈ అనుభవం వదిలేసిన ఊరిలోనే ఎదురయ్యింది కాబట్టి పట్టించుకోకూడదని అనుకుంది. మనిషి సంఘజీవి. పైగా పిల్లలు చిన్నవాళ్ళు. వాళ్ళ కోసం ముఖాన నవ్వు పులుముకుంది. ఇలాంటి సమస్యలను ముందే ఊహించిన రాఘవరావు నాంపల్లిలో లక్ష్మణరావు స్నేహితుడు శ్రీకృష్ణని కలసి విషయం అంతా చెప్పాడు.

"మీరేమీ కంగారు పడకండి. నిన్ననే మా నాన్న ఊరి నుంచి వచ్చాడు. ఈరోజు సాయంత్రం ట్రయినుకి ఏలూరు వెళ్లిపోతాడు. రేపే లక్ష్మణ్‌వాళ్ళ ఇంటికి వెళ్లి వాడికి విషయం చెప్పమంటాను." భరోసా ఇచ్చాడు శ్రీకృష్ణ.

• • •

భాగ్యనగరం పూర్తిగా కొత్త. ఇంటాబయటా ఒంటరిగా 'ఈదలేన'నిపించినా ఉద్యోగం ధైర్యాన్నిచ్చింది. ఎంతోమంది ఆడవాళ్ళ కన్నా ఉన్నతమైన జీవితమే తనది. ఓ రోజు ఉదయం సెక్రటేరియట్ బస్ అందుకోవడం కోసం హడావిడిగా వెళుతుంటే నల్ల రంగు నెంబరు ప్లేటు మీద బంగారం రంగు అంకెలు ఉన్న మోటారు సైకిల్ ఒకటి తన ముందు నుంచి వెళ్ళింది. వెనుక నుంచి చూస్తూ 'బండి బాగుంది'

అనుకుంది. తనకీ ఓ 'లూనా' ఉంది. హైదరాబాదులో దాన్ని నడపలేక వదిలేసింది. తను లూనా కొనుక్కున్నప్పటి నుంచి బైకుల్ని, వాటి నెంబర్లను గమనించే అలవాటు. రోడ్డు మలుపు తిరిగేంతలో తనకు కాస్త ముందుగా ఆగి ఉంది.. అదే బండి. బైకు మీద వ్యక్తి హెల్మెట్ సరిచేసుకుంటూ అటూ ఇటూ తిరిగి చూస్తున్నాడు. దాన్ని దాటుకుంటూ బస్సు స్టాప్‌లోకి అడుగుపెట్టింది. అక్కడా అలాగే ప్రత్యక్షం. ఐదు నిమిషాల వ్యవధిలోనే ఇన్ని హాల్టులా! ఎందుకో అతను తన్నే ఫాలో అవుతున్నాడని అనిపించింది. ఎప్పటి నుంచి గమనిస్తున్నాడో ఊరొచ్చి పూర్తిగా ఇరవై రోజులు కాలేదు. 'ఈ చేనుకి కంచె' లేదని ఒంటరి పక్షి ఎక్కడి నుంచో ఎగిరొచ్చి ఇక్కడ వాలిందని అనుకున్నాడు కాబోలు. ఈసారి డైరెక్టుగా తన వైపే చూస్తున్నాడు. తనకు ఎదురు తిరిగి చూసే ధైర్యం లేదు. బస్సు వచ్చే వైపే దృష్టి పెట్టింది. వర్క్ అవుట్ కాలేదనుకున్నాడు బైక్ స్టార్ట్ అయ్యింది.

• • •

శ్రీకృష్ణ దౌత్యం ఫలించింది. రెండు రోజుల తరువాత ఆఫీసు గేటులోకి అడుగు పెట్టేసరికి గేటు దగ్గర సూట్ కేసుతో లక్ష్మణరావు నిలబడి ఉన్నాడు. చూడగానే కన్నీళ్ళు తిరిగాయి. బాగా ఏడుపొచ్చింది. అయినా ఏడవలేక పోయింది. ఏడిస్తే ఆఫీసు వాళ్ళకి తెలుస్తుంది. ఇన్నాళ్ళు గుప్పెట మూసి ఉంచింది. 'ఎన్ని రోజులైంది ఇక్కడికొచ్చి?' అడిగాడు. మౌనం.

"ఎక్కడుంటున్నావ్" "వనస్థలిపురంలో" చెప్పింది.

" అక్కడెందుకు ఉంటున్నావ్" అడిగేవాడికి చెప్పేవాడు లోకువ అన్నట్లు అడుగుతున్నాడు. ఇక లక్ష్మణరావుని ఎంతోసేపు అక్కడ ఉంచడం మంచిది కాదని ఇంటికి తీసుకెళ్ళి దింపి మరీ వచ్చింది.

• • •

ఆ మరునాడు తను ఆఫీసుకి బయలుదేరుతుంటే లక్ష్మణరావూ తయారయ్యాడు.

'మీరెక్కడికి" ఆశ్చర్యంగా అడిగింది.

"మా కృష్ణగాడిని చూడ్డానికి"

"ఇప్పుడే ఇంత అర్జెంట్‌గా కలిసేయలా?"

"అవును కలవాలి. ఏదైనా కంపెనీలో నా గురించి రికమెండ్ చేస్తాడేమోనని".

భర్తలో ఈ మార్పు హర్షిందగినదే. ఆరు నెలల ఒంటరితనం మానసిక పరివర్తనకి దారి తీసిందన్న మాట. చంద్రకళ మనసులో పన్నీరు చిలికినట్లయ్యింది. అన్నీ కలిసొస్తే కొంత ఆర్థిక ఇబ్బంది నుండి బయటపడినట్లే.

ఇద్దరూ కలిసి బయలుదేరారు. అలా ఇద్దరూ

కలసి మొట్టమొదటగా హైదరాబాదు రోడ్ల మీద నడుస్తుంటే చంద్రకళకి ఎవరెస్ట్ ఎక్కినంత సంతోషంగా ఉంది. ఆ సంతోషాన్ని ఆస్వాదిస్తూ నడుస్తుంటే.. మళ్ళీ అదే బండి. నల్లరంగు నెంబర్ ప్లేటు మీద బంగారం రంగు అంకెలు. ఇంతకులాగే మధ్య మధ్యలో హాల్టులు వేస్తుంది. ఈసారి ధైర్యంగా అతడ్ని తలెత్తి చూసింది. మనిషి బాగానే ఉన్నాడు. అందగాడే. అతడి వ్యర్థ ప్రయత్నాన్ని చూసి నవ్వుకుంది. ఆ బండిని క్రీగంట గమనిస్తూనే లక్ష్మణరావుకి పరిసరాలను పరిచయం చేస్తోంది. 'అదే మన బస్సు స్టాప్. ఆ వెనుకే కళ్యాణ మండపం. కిరాణా షాపులు ఇటు వైపు' అంటూ భర్తకు ఆ ప్రాంతపు ఆనుపానులు చెబుతోంది. మాట్లాడే విధానాన్ని బట్టి దగ్గరిత నాన్ని బట్టి ఆమె జీవితానికి అతడే కంచె.. అనుకున్నాడేమో! క్షణంలో మాయమయ్యాడు. ఆ తరువాత ఎప్పుడూ ఆ బండి కనిపించలేదు ఆ పరిసరాల్లో. ఇటువంటివి మగవాడి దృష్టికి అందని విషయాలు. అందుకే ఆ రచయిత.. స్త్రీ ధైర్యాన్నే ఆయుధంగా వాడాడు. నిజజీవితం ఏ సందేశాన్ని ఇవ్వదు. వాస్తవికతను తెలియచేస్తుంది అంతే. ✦

కథలకు ఆహ్వానం

ప్రజాశక్తి ఆదివారం అనుబంధం స్నేహ కథలకు ఆహ్వానం పలకుతోంది. మంచి కథలను ఎంపిక చేసి ప్రచురిస్తాం. కథ సమకాలీన పరిణామాలు, పరిస్థితుల నేపథ్యంగా వుండాలి. ప్రపంచీకరణ నేపథ్యంలో వివిధ రంగాల్లో చోటు చేసుకున్న, చేసుకుంటున్న విపరిణామాలను కథాంశంగా తీసుకోవచ్చు. ప్రగతిశీల చైతన్యాన్ని, ఆత్మ విశ్వాసాన్ని పెంపొందించే కథలకు ప్రాధాన్యత. మూఢనమ్మకాలు పెంచేవిగా, ఏ సామాజిక తరగతిని ప్రత్యేకంగా నొప్పించేదిగా వుండకూడదు. మాండలికాలు ఉపయోగించినా కథన శైలి అందరికీ బోధ పడేలా వుండాలి. నవ్యత, వైవిధ్యం కలిగిన కథలకు ప్రత్యేక ఆహ్వానం.

నిబంధనలు

కథ నిడివి ప్రింటులో మూడు ఎ4 కాగితాల్లో వుండాలి. చేతిరాతలో అయితే 8 నుంచి 10 కాగితాల్లో వుండాలి. ప్రింటయినా, చేతిరాతలైనా కాగితానికి ఒకవైపు మాత్రమే వుండేలా... జిరాక్స్ ప్రతిని పంపాలి. కథలను తిప్పి పంపడం వుండదు. పేరు, పూర్తి చిరునామా, ఫోన్ నెంబరు తప్పక రాయాలి. మా చిరునామా: స్నేహ, ప్రజాశక్తి దినపత్రిక, హౌస్ నెం. 27-30-4, ఆకుల వారి వీధి, గవర్నర్ పేట, విజయవాడ-2.

మెయిల్ అడ్రస్:

snehaweekly.praja@gmail.com

-ఎడిటర్

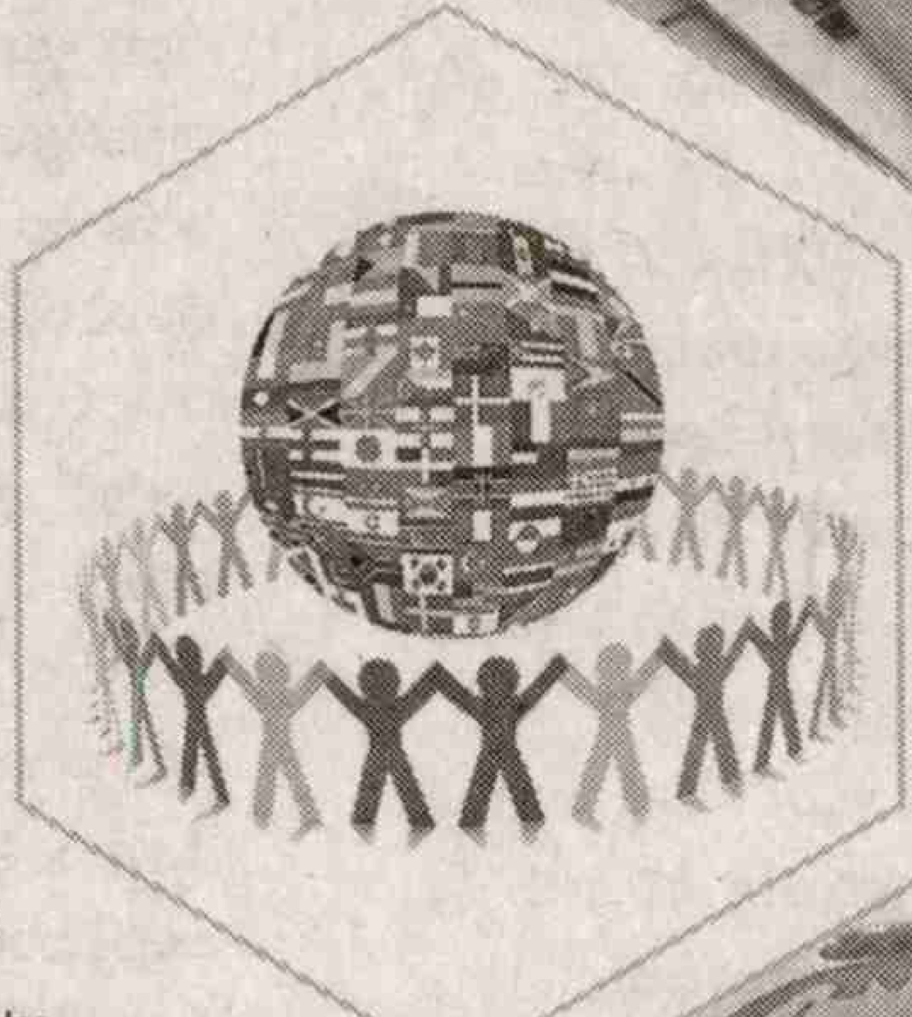
యాత్రా ప్రపంచం

- ఐక్యరాజ్యసమితి 1980లో ప్రపంచ పర్యాటక దినోత్సవాన్ని నిర్వహించాలని నిర్ణయించింది.

- పర్యాటక పరిశ్రమ ద్వారా ప్రభుత్వానికి పన్నుల ఉత్పత్తి, ఉద్యోగాలు, ఆర్థిక వ్యవస్థను బలపరుచుకోవడంతో పాటు మానసిక వికాసాన్ని పెంపొందించే అవకాశాలు అధికంగా ఉంటాయి.

- ఆసియా ఖండంలో పర్యాటక రంగంలో వేగంగా అభివృద్ధి చెందుతున్న దేశం భారత్.

- భారత పర్యాటక మంత్రిత్వ శాఖ ఇటీవల దేశంలోని అన్ని రాష్ట్రాల్లో ప్రయాణ, పర్యాటక మౌలిక సదుపాయాలని మెరుగు పరిచే లక్ష్యంతో అగర్తలా ఇంఫాల్‌ల మధ్య అంతర్జాతీయ విమానాశ్రయాల ఆధునీకరణ, ముంబయ్ పోర్‌బందర్ మధ్య ఉన్న 17 సముద్రతీరాల పునరుద్ధరణ, పూణేలో 'ఖావు గల్లీస్' ఆహార కేంద్రాలని ఏర్పాటు చేయడం లాంటి కార్యక్రమాలని చేపట్టింది.



- 2016,17 సంవత్సరాలకి ప్రపంచ పర్యాటక దినోత్సవాన్ని నిర్వహిస్తున్న అధికారిక దేశాలుగా థాయిల్యాండ్ ఖతార్ దేశాలు ఎన్నుకోబడ్డాయి.

- ఈ ఏడాది 'టూరిజమ్ ఫర్ ఆల్' (అందరికీ పర్యాటకం) థీమ్‌తో ప్రపంచ పర్యాటక దినోత్సవాన్ని నిర్వహించనున్నారు.

- అంతర్జాతీయ పర్యాటక రంగం 2015లో ఎగుమతుల ద్వారా 1.5 ట్రిలియన్ డాలర్ల ఆదాయాన్ని గడించింది.

- ఐరాస అంచనా ప్రకారం 2016లో అంతర్జాతీయ పర్యాటకుల వృద్ధి రేటు 3.5 శాతం నుండి 4.5 శాతానికి పెరగనున్నట్లు నివేదికలున్నాయి.

- అంతర్జాతీయంగా పర్యాటకులకు భారత్‌లో సులభంగా పర్యటనలు చేసేందుకు వీలుగా –భారత పర్యాటక శాఖ దాదాపు 150 దేశాలకు ఇ–టూరిస్టు వీసాలను అందుబాటులో ఉంచింది. దీనికోసం యాత్రికులు తమ ప్రయాణానికి నాలుగు రోజుల ముందు దరఖాస్తు చేసుకోవాలి.

- అంతర్జాతీయ పర్యాటకులు భారత్ పర్యటనల్లో స్థానిక సిమ్ కార్డులని పొందడం దీర్ఘకాలిక ప్రక్రియగా మారింది.

- ఫ్లోరిడాలోని 'డిస్నీ ది వరల్డ్స్ మ్యాజిక్ కింగ్‌డమ్' ప్రపంచ అత్యధిక పర్యాటక ప్రదేశం.

విలక్షణ సంకలనం

కొత్త పుస్తకాలు

శిష్ట్లా ఉమామహేశ్వరరావు...ఆధునిక తెలుగు సాహితీవేత్తల్లో శ్రీశ్రీ, శ్రీరంగం నారాయణబాబుల సమకాలీకుడు. ఆయన వాటితోపాటు చాలా కథలు, నాటికలు, గేయాలు, ఖండకావ్యాలు వంటివి కూడా రాసాడు. ఇందులో బాల సాహిత్యాన్ని కూడా రాసాడు. ఈయన కథలను 1984లో సిపాయి కథలు' పేరుతో ప్రచురించారు. ఈ పుస్తకంలోని కథలు, మరికొన్ని ఇతర కథలు, ఆకాశవాణికి రాసిన కథలు, గొబ్బి జాతక కథలు, బాల వినోద కథలు, వ్యాసం, నాటికలు, గేయాలు కలిపి ఒకే సంకలనంగా 'శిష్ట్లా ఉమామహేశ్వరరావు రచనలు పేరుతో తాజాగా నవచేతన పబ్లిషింగ్‌హౌస్ ప్రచురించింది. ఈ రచనల్లో

శిష్ట్లా ఉమామహేశ్వరరావు రచనలు
పేజీలు: 320,
ధర: 220/-
లభించుచోటు: ప్రజాశక్తి, నవతెలంగాణ బుక్‌హౌస్‌లలో

ఆనాటికి విలక్షణమైన ఒక నవీన ధోరణిలో కన్పిస్తుంది. ఇందులో వంద పేజీలు దాటిన సిపాయి కథలు సాహితీలోకంలో ఇప్పటికే ఒక గుర్తింపును పొందాయి. 1940ల నాటి జీవితాన్ని ఇందులో రచయిత చిత్రించారు. రెండవ ప్రపంచ యుద్ధంలో భారతదేశం పాల్గొన్నది. యూరప్‌లో లాగా మనం ఏ విధమైన విధ్వంసం చూడలేదు. సుభాస్ బోసు అజాద్ హింద్ ఫౌజ్‌ని ఎదుర్కోవడానికి అస్సాం- బర్మా సరిహద్దుల్లో బ్రిటిషువారి తరపున ఇక్కడి సైనిక శిబిరాలు వెలిశాయి. ఇది, సిపాయికథల నేపథ్యం. ఈ రకం కథలు అప్పటివరకు తెలుగులో రాలేదు. అందునా, గ్రామీణ భాషలో, ఇంకా కటువుగా చెప్పాలంటే సిపాయిల మొరటు భాషలో రాసిన కథలు. 'గ్రామీణులైన సిపాయిల నోటిలోంచి వచ్చిన మాటలు తడారకుండా కథలలో చొప్పించుకున్నాడు ఈ రచయిత. ఈ పుస్తకంలో ఇంకా చాలా కథలు పాఠకులను ఆకట్టుకుంటాయి. వస్తువు కన్నా, కథాకథనం మిన్న అని ఈ సంకలనం నిరూపిస్తుంది. మరికొన్ని ఇతర కథలు, గొబ్బి జాతక కథలు, బాల వినోద కథలు, హాలీవుడ్ రచయిత 'థియోడార్ డ్రీజియర్'పై వ్యాసం. నాటికలు, గేయాలు దేనికవే ప్రత్యేకమైన శైలిలో చదివిస్తాయి. శిష్ట్లా సమగ్రసాహిత్యం (విష్ణుధనువు, నవమిచిలుక మినహా) ఇలా ఒకే సంపుటంగా అందుబాటులోకి తెచ్చిన 'నవచేతన'ను అభినందించాల్సిందే.

– సమత

పల్లె జీవనాన్ని అద్దంపట్టిన 'ఆయుధం'

మనిషికి గత జ్ఞాపకాలెప్పుడూ మధురంగానే వుంటాయి. ఆనంద విషాదాలు, ప్రేమానురాగాలు, సంఘర్షణలు, ఉద్యమాలు... అన్నీ ఒక అనుభూతిని కలుగజేసేవిగానే వుంటాయి. గడచిన వందేళ్లలో దాదాపు 60 ఏళ్ల (1940-2000) కాలాన్ని కథా వస్తువుగా తీసుకొని, తనదైన చక్కని శైలితో... తన రచనానుభవాన్ని రంగరించి 'ఆయుధం' నవలను అక్షరీకరించారు టి.ఎస్.ఎ.కృష్ణమూర్తి. కథాగమనంలో కొండల మధ్య, దారి డొంకా లేని మారుమూల పల్లెటూరు నుంచి మొదలైన జీవనగమనంలో కాలానుగుణంగా చోటుచేసుకునే అనేక మార్పులను, అచ్చమైన పల్లె జీవనాన్ని, ఆహార వ్యవహారాలను, బలహీనులపై బలవంతుల దాష్టీకాలను, యువకుల చైతన్యాన్ని సహజసిద్ధంగా చిత్రించారు రచయిత. ముఖ్యంగా గతమైనా, వర్తమానమైనా రాగద్వేషాలను జయించడంలో మనిషి గెలుపు ఓటముల సంఘర్షణే ఈ నవలలోని ప్రధానాంశం.

ఈ నవలలో 'ఆయుధం' కథానాయకుడు రాజయ్య. 'పిపి ఎయిటీన్' అంటూ రచ్చబండ మీద కూర్చున్న యువకులంతా ఎగతాళి చేస్తున్నా... నవ్వి వెళ్లిపోతూ ఉత్తరపు కొండకేసి చూసి నవ్వుతాడు. రాజయ్య ఎందుకలా కొండకేసి చూసి నవ్వుతాడో ఈ తరం యువకులెవరికీ

రచన: ఆయుధం (నవల)
రచయిత : టిఎస్ఎ కృష్ణమూర్తి
పేజీలు: 264
ధర: 180/-
లభించుచోటు: అన్నీ పుస్తక కేంద్రాలు.
ఫోన్ : 9347298942

తెలియదు. తల్లి వియోగం రాజయ్య తండ్రి వెంకటయ్యను జీవచ్ఛవంగా మారడానికి కారణాలు.. తల్లి మరణానికి కారణమైన వారిని ఎలా ఎదుర్కొన్నాడనే అంశాలు కదిలిస్తాయి. రాజయ్య బడికి వెళ్తానంటూ తండ్రిని అడుగుతాడు. మైళ్ల దూరంలో ఉన్న స్కూలుకు వెళ్లాలంటే వీళ్లకు సాధ్యమయ్యే పని కాదు. అయినా తల్లిలేని బిడ్డడని వెంకటయ్య పాలెంకొండ బడికి తీసుకెళతాడు. ఆ తర్వాత ఎనిమిది మైళ్ల దూరంలో వున్న కంభంకోట టౌన్ హైస్కూలుకు వెళతాడు. ఊరి పిల్లలంతా చదువుకోడానికి వీలుగా ఊరిమధ్యన వీధి దీపం పెట్టించడానికి ప్రధాని జవహర్‌లాల్ నెహ్రూకు ఉత్తరం రాయడానికి సోషల్ మాస్టర్ సాయం కోరతాడు. ఆయన సూచన మేరకు సబ్ కలెక్టర్‌కు ఉత్తరం రాస్తాడు రాజయ్య. దీంతో తమ గ్రామంతోపాటు చుట్టుపక్కల గ్రామాలకు కూడా విద్యుత్ సౌకర్యం ఏర్పడుతుంది. ఆ వయసులోనే రాజయ్య పేరు అందరికీ పరిచయం అవుతుంది. ఇంటర్ పూర్తయిన తర్వాత సొంత గ్రామంలో వయోజన పాఠశాల ఏర్పాటుకు చొరవ చూపుతాడు. తనే టీచర్‌గా గ్రామస్తులను చైతన్యవంతం చేసే కర్తవ్యాన్ని స్వీకరిస్తాడు. ఈ క్రమంలో ఆ గ్రామ పెత్తందారులైన త్రిమూర్తులను ఢీకొనాల్సి వస్తుంది. దీన్ని తట్టుకోలేని త్రిమూర్తులు రాజయ్యపై అనేకమార్లు హత్యాయత్నం చేయిస్తారు. ఈ క్రమంలో కొండపై నుంచి పడిన రాజయ్యకు కాలు విరుగుతుంది. దాదాపు ఆరునెలల పాటు ఆసుపత్రిలో వైద్యం చేయించుకొని తిరిగి గ్రామంలోకి వచ్చిన రాజయ్య ఒక పిరికివాడిగా మారిపోతాడు. ఈ మధ్యలో భాగ్యలక్ష్మితో ప్రేమ వ్యవహారం నడుస్తుంది. అయినా అందరినీ వదిలేసి ఊరునుంచి పారిపోతాడు. అయితే... అలా వెళ్లిన రాజయ్య ఎక్కడెక్కడో పనిచేసి డబ్బు సంపాదించి... త్రిమూర్తులను అంతమొందించడానికి తూర్పుకొండలోని గుహలో పక్కా ప్రణాళికను రూపొందిస్తాడు. దీనికోసం నాలుగైదేళ్లు అజ్ఞాతవాసం చేస్తాడు. తూర్పుకొండ గుహలో రాజయ్య రూపొందించిన ప్రణాళిక ఏమిటి? చివరకు త్రిమూర్తులను రాజయ్య ఎలా అంతమొందించాడు. అనే ఉత్కంఠను రచయిత చివరివరకు నడిపించడంలో విజయవంతమయ్యాడు. రచయిత శైలి కూడా నవలను ఆద్యంతం ఆసక్తికరంగా చదివిస్తుంది.

– రాజాబాబు కంచర్ల

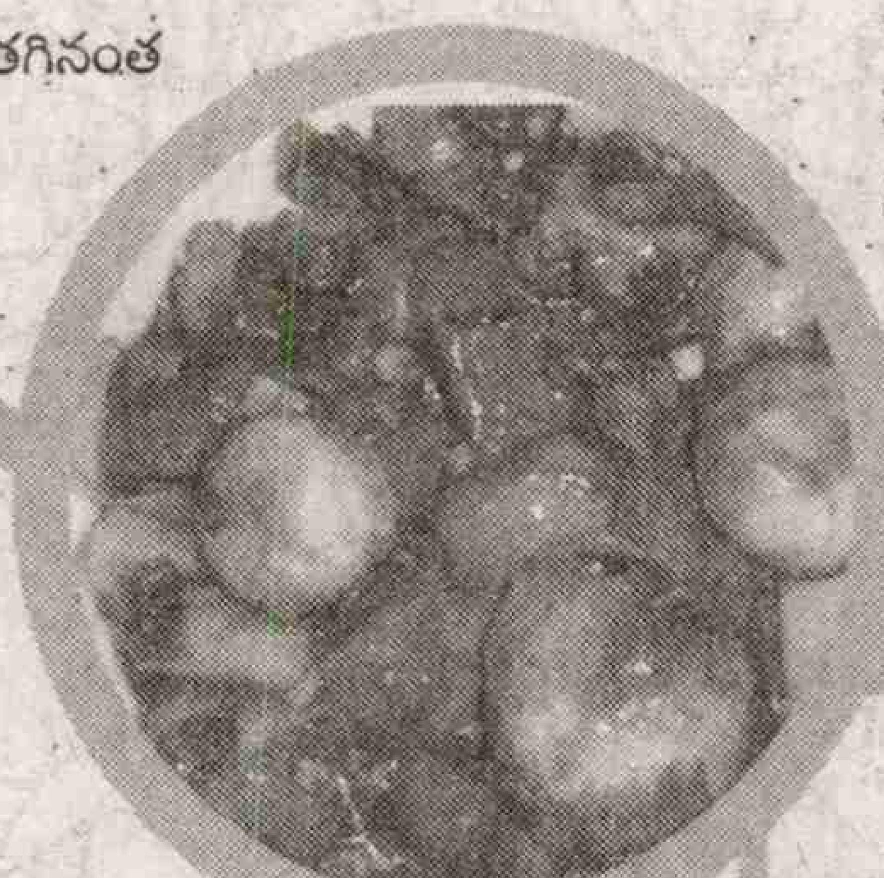
చిల్లీ మష్రూమ్

కావాల్సిన పదార్థాలు

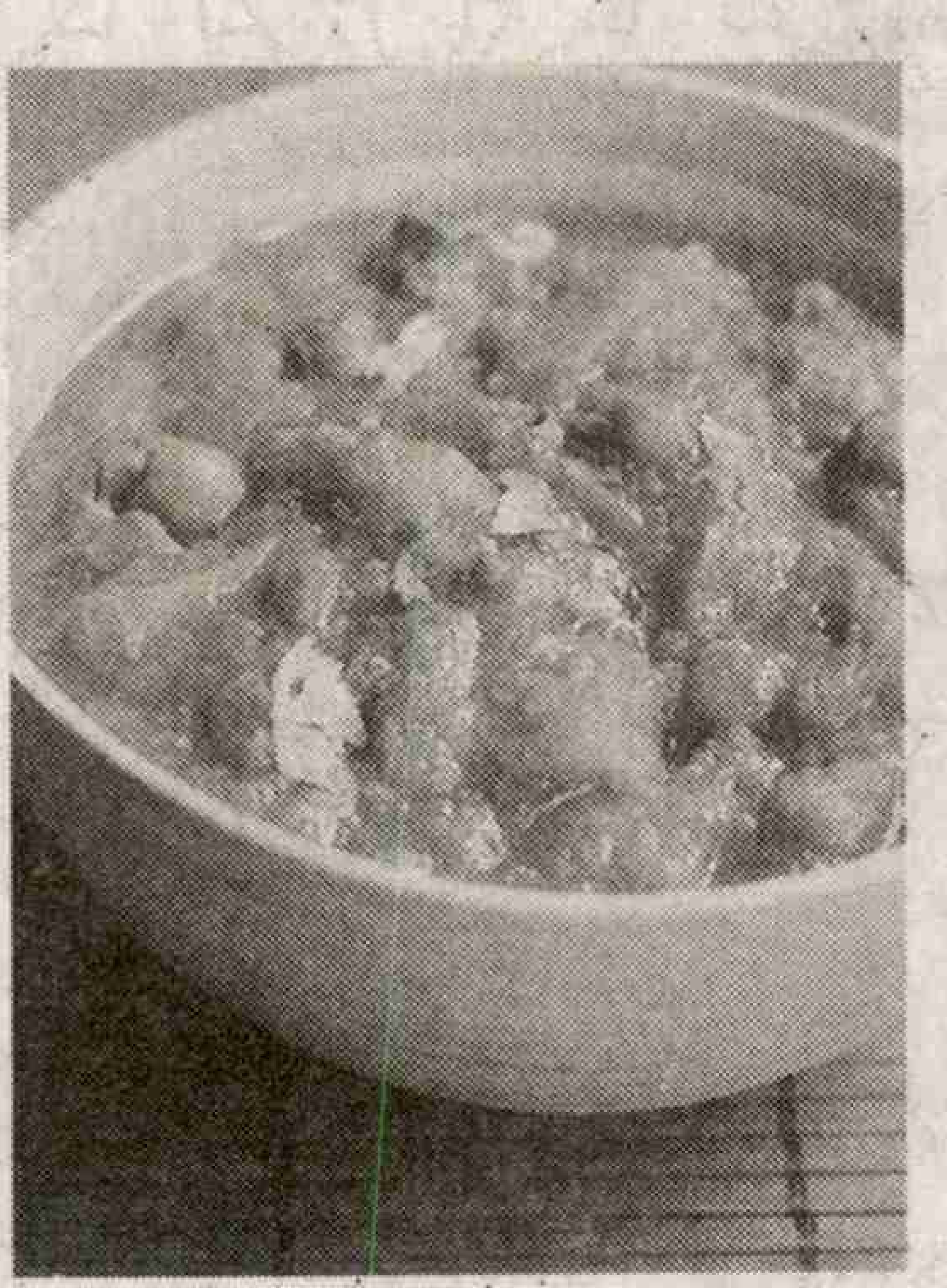
పుట్టగొడుగులు-200 గ్రాములు
క్యాప్సికమ్-2
ఉల్లిపాయ-1
అల్లం తరుగు- 3టేబుల్ స్పూన్‌లు
వెల్లుల్లి-6 రేకలు, నూనె-తగినంత
కారం - 1టేబుల్ స్పూన్
సోయా సాస్-2 టీ స్పూన్లు
మొక్కజొన్న పిండి-4 టేబుల్ స్పూన్లు
నీరు- 1కప్పు
ఉప్పు- రుచికి తగినంత

తయారుచేసే విధానం

పుట్టగొడుగుల్ని రెండు ముక్కలుగా కోయాలి. క్యాప్సికమ్ లోపలి గింజల్ని తీసేసి ముక్కలుగా కోయాలి. ఉల్లిపాయని చిన్న ముక్కలుగా తరిగి అల్లం వెల్లుల్లి ముక్కల్ని కలిపి మెత్తగా రుబ్బాలి. ఇప్పుడు స్టౌపై బాణలి పెట్టి నూనె వేసి వేడెక్కిన తర్వత ఉల్లి ముద్దని వేసి వేయించుకోవాలి. అందులో కారం, అర కప్పు నీరు పోసి సిమ్‌లో ఉడికించాలి. తర్వాత క్యాప్సికమ్ ముక్కలు, పుట్టగొడుగుల ముక్కలు, ఉప్పు వేసి కలిపి మూత పెట్టి తక్కువ మంటమీద ముక్కలన్నీ ఉడికే వరకు ఉడికించాలి. ఇప్పుడు కొంచెం నీటిలో మొక్కజొన్న పిండిని కలిపి ఆ నీటిని, సోయాసాస్‌ను క్యాప్సికం మిశ్రమంలో వేసి బాగా కలిపి రెండు నిమిషాలు ఉడికించి దించేయాలి.



ఆలూ క్యారెట్ కుర్మా



కావాల్సిన పదార్థాలు

క్యారెట్‌లు- 4
బంగాళాదుంపలు-4
టమాటాలు-2
పచ్చిమిర్చి-2
అల్లం తరుగు-1 టేబుల్ స్పూన్
జీల కర్ర-1 టేబుల్ స్పూన్
నూనె-3 టేబుల్ స్పూన్లు
గరం మసాలా-6 టేబుల్ స్పూన్లు
ధనియాల పొడి-3 టేబుల్ స్పూన్లు
కారం-1 టేబుల్ స్పూన్
పసుపు-1/2 టేబుల్ స్పూన్
ఉప్పు-తగినంత

తయారుచేసే విధానం

బంగాళాదుంపలు, క్యారెట్ తొక్కు తీసి పెద్ద ముక్కలుగా కట్ చేసుకోవాలి. అల్లం, టమాటాలు, పచ్చిమిర్చి కూడా కట్‌చేసి పక్కన పెట్టుకోవాలి. ఇప్పుడు స్టౌ పై బాణలి పెట్టి నూనె వేసి వేడెక్కిన తర్వాత జీలకర్ర, కట్‌చేసి పెట్టుకున్న క్యారెట్, బంగాళాదుంప ముక్కలు వేసి సన్నని సెగపై ఉడికించాలి. తర్వాత గరం మసాలా, ధనియాల పొడి, కారం వేసి రెండు నిమిషాలు ఉడికించి దించేయాలి. వేడి వేడి ఆలూ క్యారెట్ కుర్మా అన్నం లేదా రోటీతో టేస్టీగా ఉంటుంది.

కోఫ్తా కర్రీ

కావాల్సిన పదార్థాలు

మొక్కజొన్న గింజలు-1కప్పు
సెనగపిండి-1/2 కప్పు
అల్లం వెల్లుల్లి తరుగు-1టేబుల్ స్పూన్
కొత్తిమీర తరుగు- 4 టేబుల్ స్పూన్లు
పచ్చిమిర్చి-4
అమ్‌చూర్ పొడి-1/2 టేబుల్ స్పూన్
ఉప్పు-తగినంత
నూనె-సరిపడా

తయారుచేసే విధానం

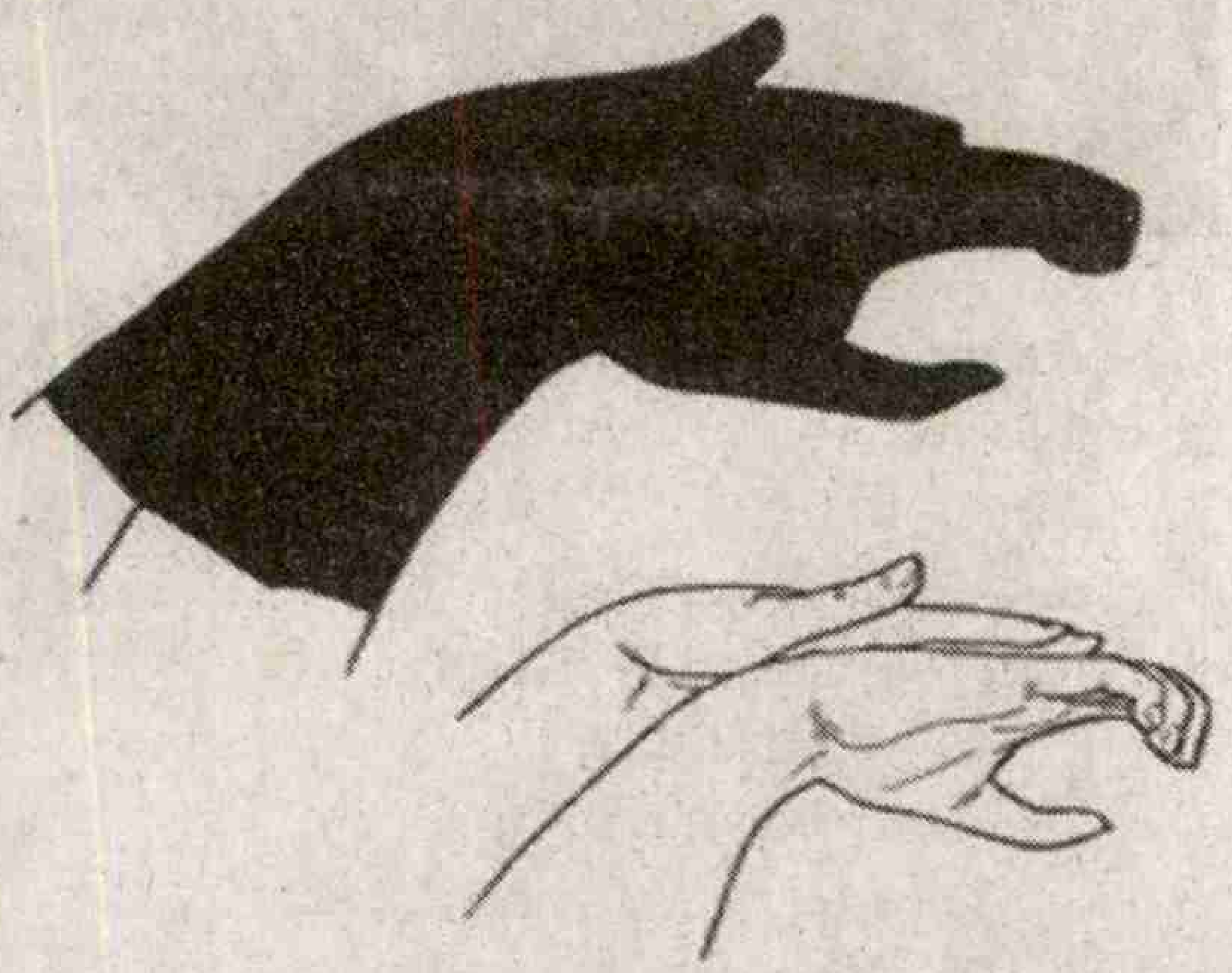
మొక్కజొన్న గింజలు పలుకులుగా దంచి పక్కనపెట్టుకోవాలి. అందులో ఉప్పు, సెనగపిండి, అల్లం వెల్లుల్లి తరుగు, పచ్చిమిర్చి తరుగు, అమ్‌చూర్, నూనె వేసి బాగా కలిపి ఉండల్లా చేసుకోవాలి. స్టౌపై బాణలి ఉంచి నూనె వేసి వేడెక్కిన తర్వాత ఉండల్ని నూనెలో బంగారు రంగు వచ్చే వరకు వేయించుకోవాలి.

గ్రేవీ తయారీకి కావాల్సిన పదార్థాలు

మొక్కజొన్న గింజలు-1టేబుల్ స్పూన్
వెన్న- 2 టేబుల్ స్పూన్లు
టమాటా ప్యూరీ-1కప్పు
గరంమసాలా-1/2 టేబుల్ స్పూన్
ఉల్లితరుగు- నాలుగు టేబుల్ స్పూన్లు
అల్లం వెల్లుల్లి పేస్ట్-1/2 టేబుల్ స్పూన్
ధనియాల పొడి-1/2 టేబుల్ స్పూన్
పాలు-1కప్పు
క్రీం-2 టేబుల్ స్పూన్లు
ఉప్పు-చిటికెడు

గ్రేవీ తయారీ

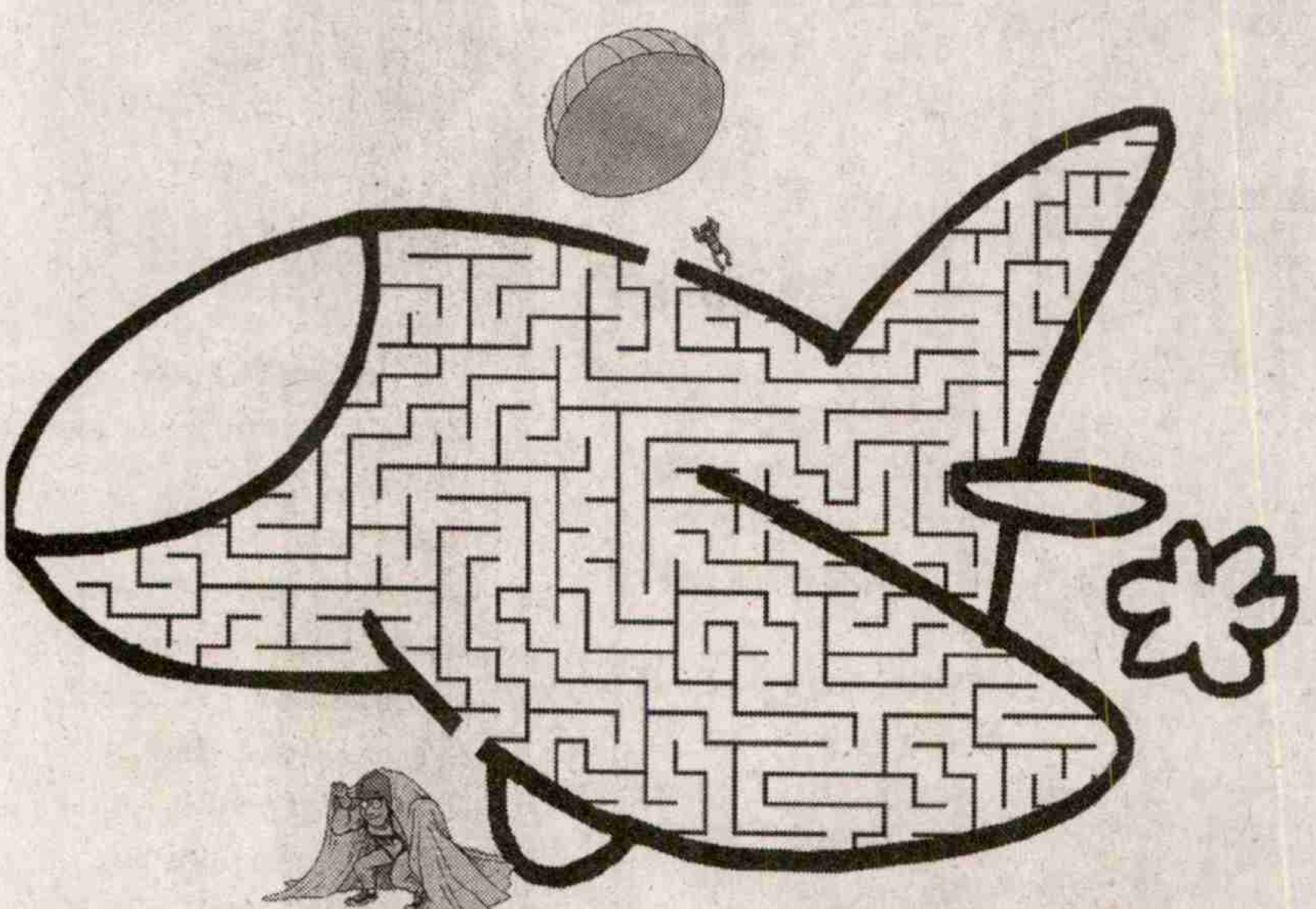
స్టౌ పై బాణలి పెట్టి వెన్న వేసి కరిగిన తర్వాత మొక్కజొన్న గింజల్ని వేసి వేయించుకోవాలి. తర్వాత (క్రీం, పాలు, కారం) తప్ప మిగిలిన పదార్థాలన్నీ ఒకదాని తర్వాత ఒకటి వేసి బాగా కలపాలి. ఐదు నిమిషాల తర్వాత అందులో పాలు, కారం, ఉప్పు చేర్చి మూతపెట్టాలి. వెన్న పైకి తేలి మిశ్రమం బాగా ఉడికి దగ్గరయ్యేవరకు ఉంచి అందులో వేయించి పెట్టుకున్న మొక్కజొన్న ఉండలు, క్రీం వేసి రెండు నిమిషాల తర్వాత దించేయాలి. ఇది అన్నం లేదా పూరీల్లోకి చాలా బావుంటుంది.



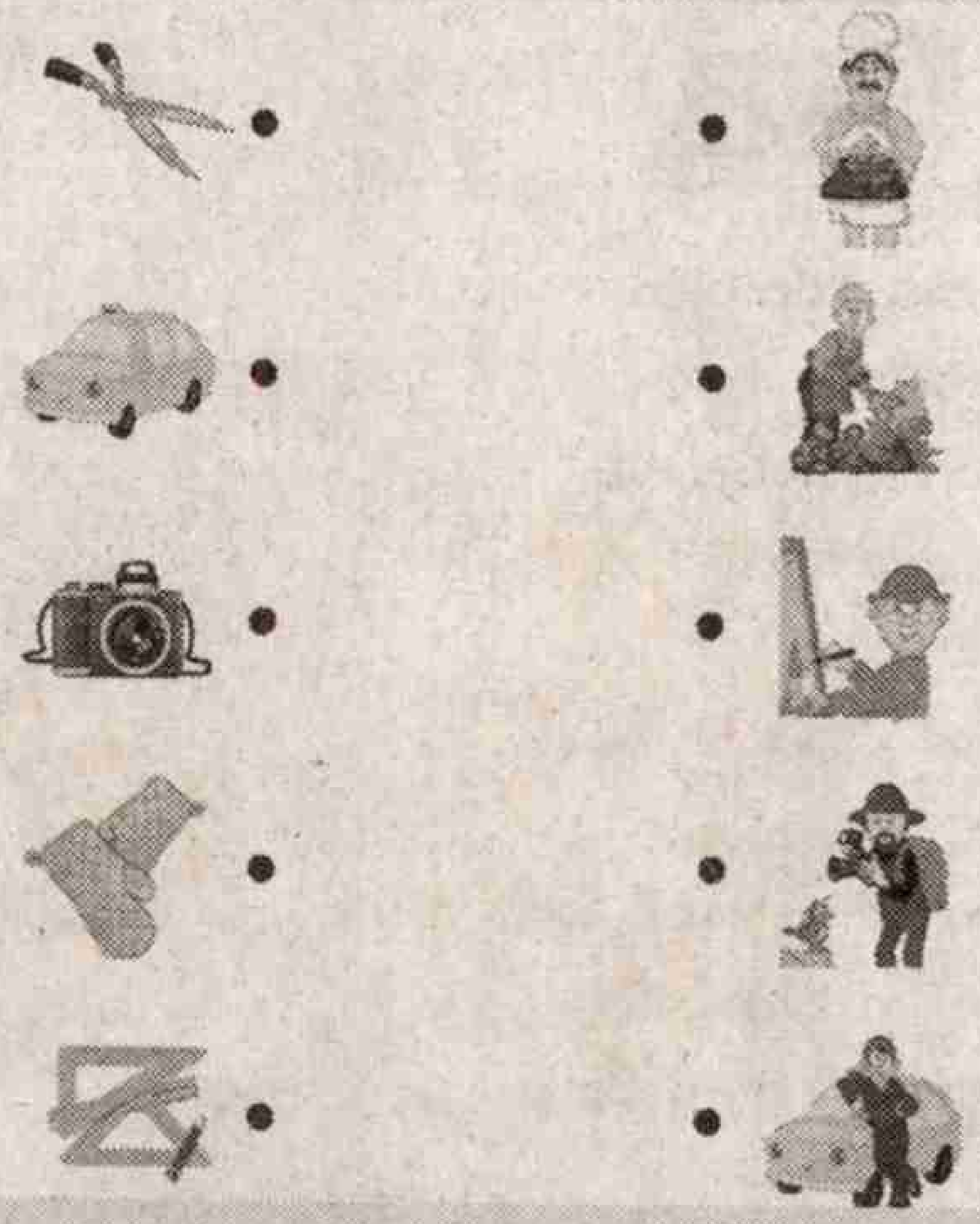
నీడతో బొమ్మ

పిల్లలూ మీకు బొమ్మలంటే భలే ఇష్టం కదూ! చేతి వేళ్లతో పులి బొమ్మ ఎలా చేయచ్చో ఇక్కడ చూసి, చీకటి గదిలో చిన్న వెలుగులో మీరూ ప్రయత్నించండి.

దారి కనిపెట్టండి



జత చేయండి



పిల్లలూ! ఇక్కడ కొన్ని వస్తువులు, కొందరు వ్యక్తులని ఇచ్చాం. వారు చేసే వృత్తులనుబట్టి ఒక్కో వస్తువును సరైన వ్యక్తితో జతచేయండి.

తేడాలు గుర్తించండి

ఈ రెండు బొమ్మల్లో మొత్తం 10 తేడాలు ఉన్నాయి. వాటిని గుర్తించి సున్నాచుట్టేయండి.

బుజ్జి స్టార్

హాయ్ ఫ్రెండ్స్! నేనో టాలీవుడ్ సింగర్‌ని. ఇది నా చిన్ననాటి ఫోటో. ఇంతకీ నేనెవరో గుర్తించండి?

జ: గీతా మాధురి

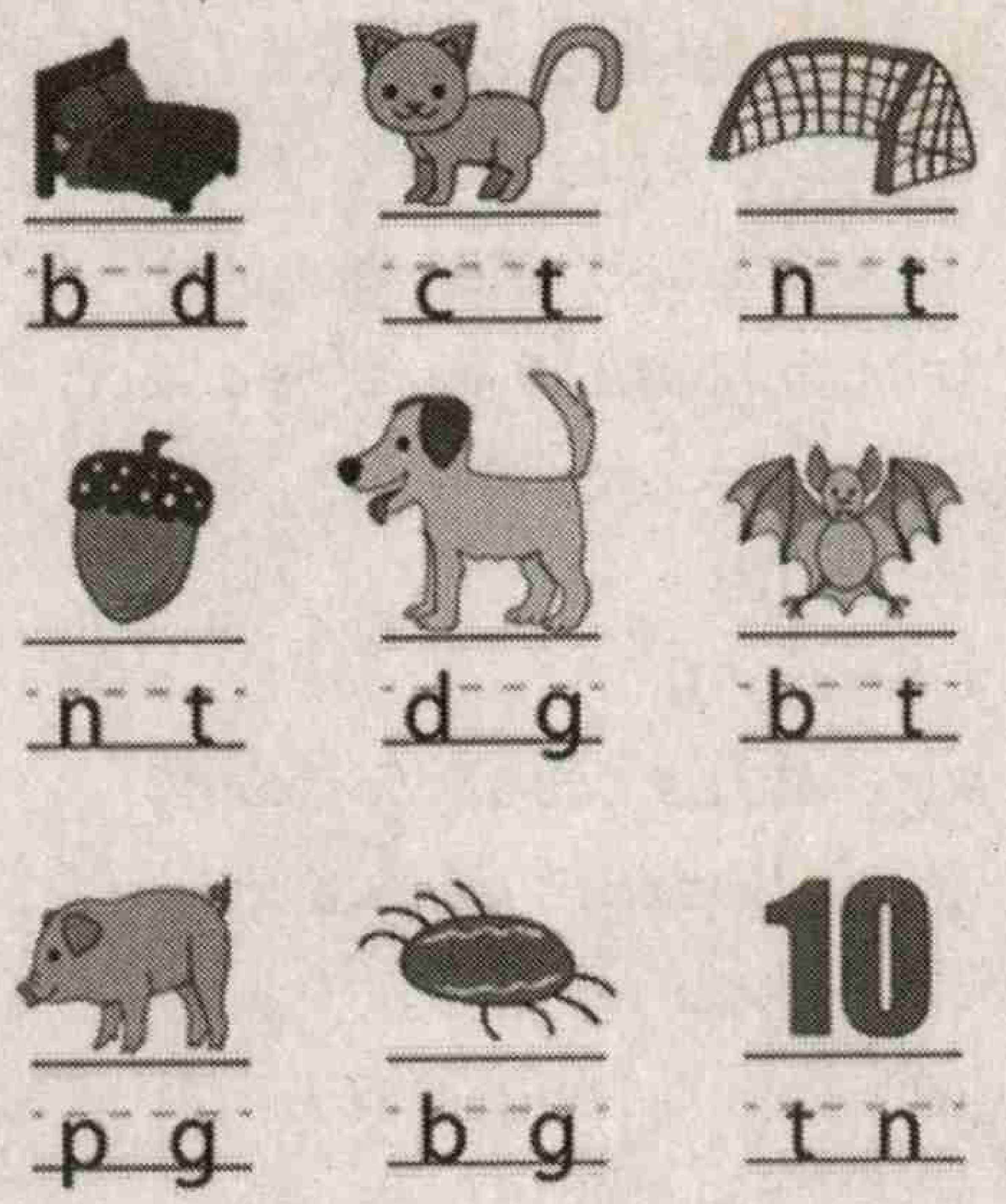
కనిపెట్టండి

ఒక స్విమ్మింగ్ పూల్‌లో కొన్ని కుందేళ్లు చేరి జలకాలాడుతున్నాయి. ఇక్కడ కొన్ని ఆట వస్తువులు కూడా దాగున్నాయి. కింద ఉన్న బొమ్మల ఆధారంగా అవెక్కడున్నాయో మీరు కనిపెట్టండి.

పదాలు పూరించండి

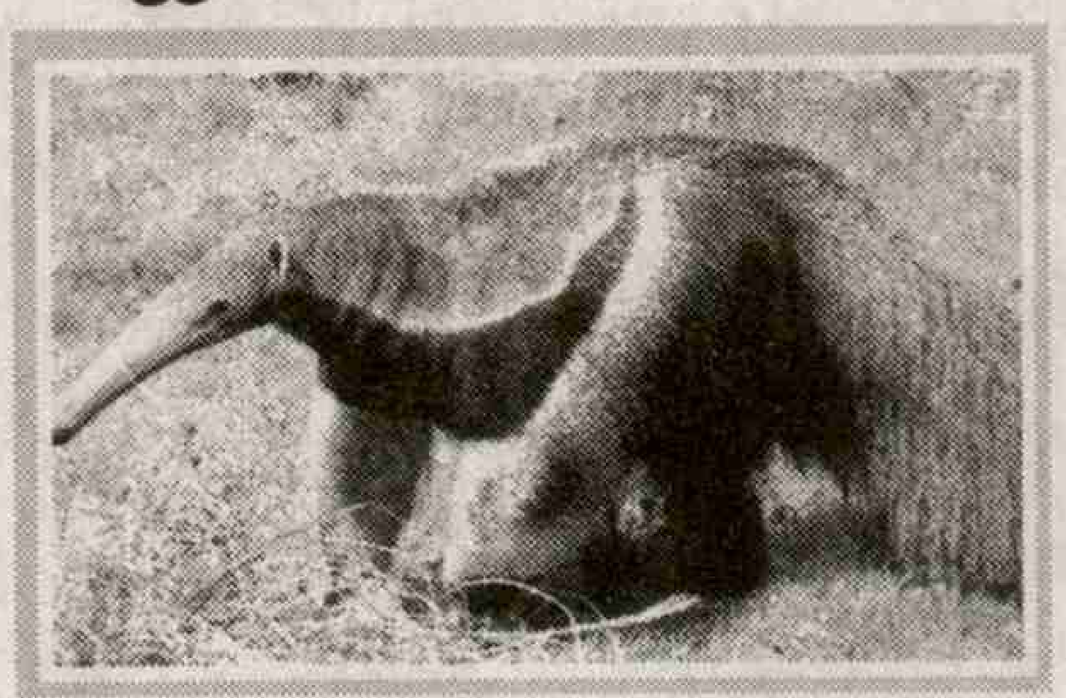
ఇక్కడ కొన్ని బొమ్మలున్నాయి. అయితే వాటి ఇంగ్లిష్ పేర్లలో ఒక్క అక్షరం మిస్సయింది. ఆ అక్షరాన్ని కలిపేస్తే పదం పూర్తవుతుంది. బొమ్మల ఆధారంగా మిస్సయిన అక్షరాన్ని గుర్తించి ఖాళీలో నింపేయండే!

జ: e, a, e, u, o, a, i, u, e



చీమల్ని పట్టే పెద్ద జంతువు

పిల్లలూ! మీరు చిన్న చిన్న కీటకాలు, పురుగుల్ని లాంగించే జంతువులు, పక్షుల్ని చూసే ఉంటారు. మరి యాంట్ ఈటర్ అనే జంతువునెప్పుడైనా చూశారా? మీరు వాటిని చూసుండక పోవచ్చు. ఎందుకంటే....



- ఇవి పనామా, ఈక్వెడార్, బ్రెజిల్, అర్జెంటినా, దక్షిణ అమెరికా దేశాల్లోని అడవులు, మైదానాల్లో మాత్రమే ఎక్కువగా కనిపిస్తాయి.
- పెద్ద ఆకారంలో కనిపించే ఈ జంతువు తినే ఆహారం ఏంటో తెలుసా?
- ఇవి ఎక్కువగా చీమల్ని ఆహారంగా తీసుకుంటాయి.
- వీటికి యాంట్ ఈటర్స్ అనే పేరు కూడా అలానే వచ్చింది.
- భూమిపై నివసించే క్షీరదాల్లో పళ్లు లేని జంతువు కూడా యాంట్ ఈటరే.
- పొడవైన మూతిని కలిగుండే ఈ జంతువు నాలుకని దాదాపు రెండు మీటర్ల బారు చాపకలదు.
- నాలుకని నిమిషానికి 150 సార్లు కదిలిస్తూ చీమల పుట్టల్లోని చీమల్ని ఇట్టే పట్టేస్తుంటాయి.
- వీటి నాలుకపై ఉండే ఒక రకమైన లాలాజలం వేగంగా ఆహారాన్ని అందుకునేందుకు సహకరిస్తుంది.
- ఇవి రోజుకు 30 వేల చీమల్ని, ఇతర పురుగుల్ని లాగించేస్తుంటాయి.
- సాధారణంగా కీటకాలు, జంతువుల కడుపులో హైడ్రోక్లోరిక్ యాసిడ్ ఉత్పత్తి అవుతుంది. కానీ యాంట్ ఈటర్ కడుపులో ఒక రకమైన యాసిడ్ ఉత్పత్తి అవుతుంది. దీని కారణంగా అధిక మొత్తంలో అవి తినే కీటకాలు పురుగుల్ని అరిగించుకోగలుగుతాయి.
- చీమల పుట్టని పెకిలించకుండా చీమల్ని లాగించేయడంలో ఇది ఆరితేరిన జంతువు.
- ఆహారం కోసం ఒక ప్రదేశంలో 40 క్షణాలు మాత్రమే ఉండే ఈ జంతువుకి కంటి చూపు, వినికిడి శక్తి చాలా తక్కువగా ఉంటుంది.
- వాసన బట్టే ఇవి ఆహారాన్ని పసిగట్టేస్తుంటాయి. వాసన పసిగట్టగల శక్తి వీటికి మనుషుల కంటే 40 రెట్లు ఎక్కువగా ఉంటుంది.
- ఇవి 5 నుండి 7 అడుగుల పొడవుంటాయి.
- ఇతర జంతువుల నుండి రక్షించుకునేందుకు ముందు కాళ్ల పాదాలు పంజాగా ఉపయోగపడతాయి.
- దాడిచేస్తున్న జంతువులపై తిరగబడేందుకు తోక, వెనుక కాళ్ల సాయంతో ఇవి మనుషుల్లా నిలబడి పోరాడగలవు.
- వీటి జీవితకాలం 10 నుండి 25 సంవత్సరాలు ఉంటుంది.

పదవికాసం - 32

కూర్పు: రావెళ్ల

ఆధారాలు

అడ్డం

1. 14 సంవత్సరాల లోపు పిల్లల్ని బడిలో చేర్పించే కార్యక్రమం (4)
4. గుంటూరులోని ఒక పేట లాలాతో మొదలు (4)
7. లుకలుకలు యథావిధిగా (5)
8. అడుగు (2)
10. దాటవేయులో తొలిసగం (2)
11. కుడి నుండి వడలు (3)
13. గవ్వ,రిక్త,పల్లవిలలో తొలి అక్షరాలు (3)
14. రాకెట్లను ఫ్రెంచ్‌లోని ఈ ప్రాంతం నుండి ప్రయోగిస్తూంటారు (3)
15. మేఘం (3)
16. ఎడబాటు (3)
18. కర్నూలులోని ఒక నియోజకవర్గం పేరు (2)
21. భాషను పలకడంలో ప్రాంతీయంగా కనిపించే ఉచ్ఛారణ (2)
22 . తెలుగులో సెక్రటిరియట్ (5)
24. పాలతో ఉన్న గిన్నె (4)
25. 'కలుగుతుంది'కి వ్యతిరేకం (4)

1		2	3	✿	4	5		6
	✿	7					✿	
8	9	✿		✿		✿	10	
11			✿	12	✿	13		
✿		✿	14			✿		✿
15			✿		✿	16		17
18		✿	19	✿	20	✿	21	
	✿	22				23	✿	
24				✿	25			

నిలువు

1. పలక మీద రాయడానికి ఇవి కావాలి (4)
2. బాలసుబ్రమణ్యాన్ని ఇలా కూడా పిలుస్తారు (2)
3. వత్తులేని టక్కరి (3)
4. బ్యాంకులో డబ్బు,నగలు దాచే సొరుగు (3)
5. మొదలులేని హలాలు (2)
6. వాన చినుకులు ఇలా పడుతుంటాయి (4)
9. దట్టమైన అరణ్యం (5)
10. దారి వేరని చెప్పండి (5)
12. రిఫ్రిజిరేటరులో ఉండే వాయువు (3)
15. పాపను రెండు సార్లు పిలవండి (4)
17. ఇదొక సామెత.. ఆదిలోనే... (4)
19. ఆద్యంతాలు లేని వన్నె చిన్నెలు (3)
20. అలగడం (3)
22. యథావిధిగా 'సగి' (2)
23. లయంచేయులో సగంపోయి మిగతాది శీర్షాసనం వేసింది (2)

సుడోకు

	5			6	8		9	
		9	1			5		6
3			9	2				
	7		2	9	3			5
5		6				9		2
9			5	8	6		3	
				5	7			4
7		3			9	1		
	4		3	1			6	

గతవారం జవాబులు

1	9	2	4	5	6	3	7	8
7	3	4	9	2	8	1	5	6
6	5	8	7	3	1	9	2	4
2	4	7	6	9	5	8	3	1
3	8	6	1	4	7	5	9	2
9	1	5	2	8	3	4	6	7
4	2	1	3	6	9	7	8	5
5	6	9	8	7	4	2	1	3
8	7	3	5	1	2	6	4	9

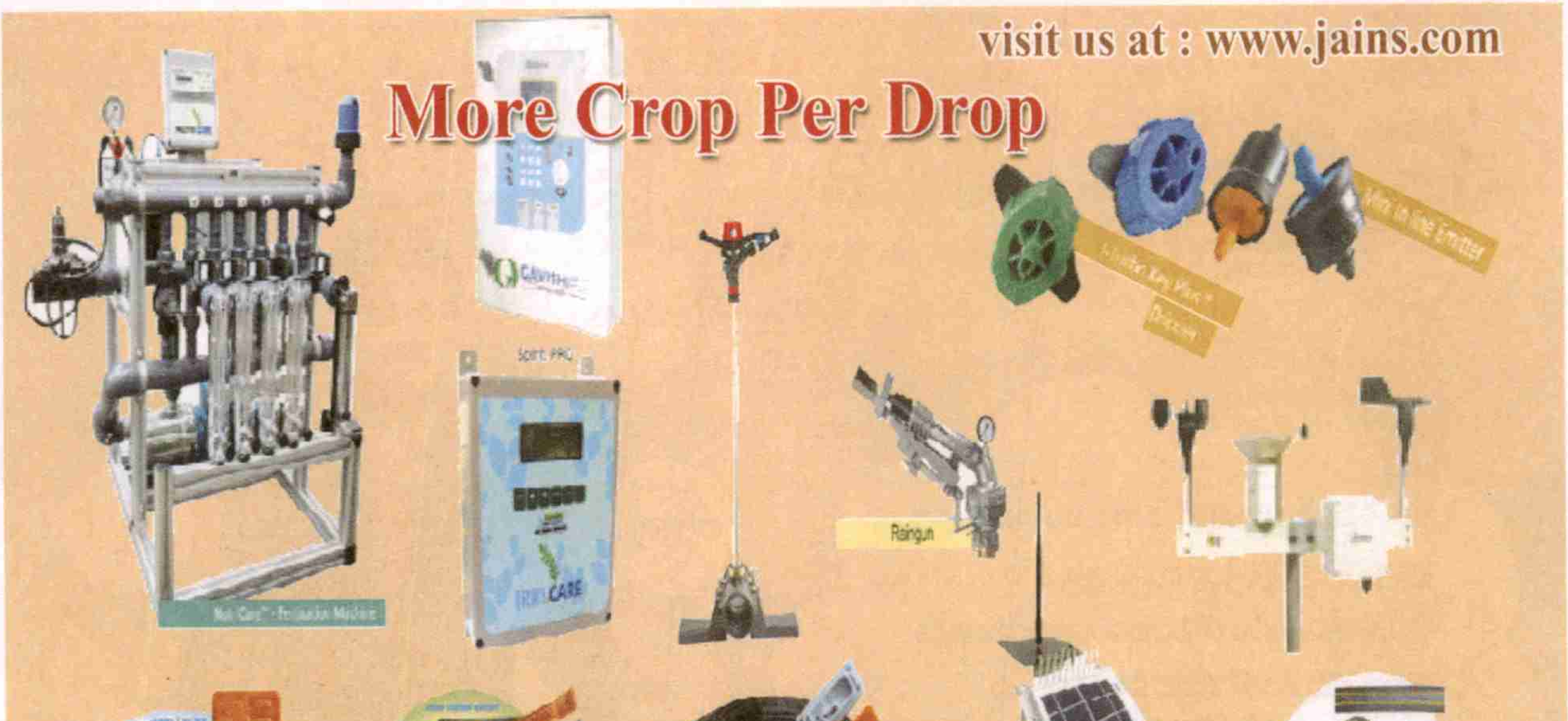
✿	1 [illegible]	2 సు	[illegible]	✿	3 [illegible]	4 [illegible]	ము	✿
5 [illegible]	✿	ద్యా	✿	6 [illegible]	✿	[illegible]	✿	✿
7 [illegible]	[illegible]	✿	8 [illegible]	[illegible]	[illegible]	✿	9 [illegible]	10 [illegible]
[illegible]	✿	11 [illegible]	✿	ము	✿	12 [illegible]	✿	[illegible]
13 [illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	✿	14 [illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]
[illegible]	✿	[illegible]	✿	15 [illegible]	✿	[illegible]	✿	[illegible]
16 [illegible]	[illegible]	✿	17 [illegible]	[illegible]	[illegible]	✿	18 [illegible]	[illegible]
✿	✿	19 [illegible]	✿	[illegible]	✿	20 [illegible]	✿	[illegible]
✿	21 [illegible]	[illegible]	ము	✿	22 [illegible]	[illegible]	[illegible]	✿

గడ్డం గ్యాంగ్

మీసాలు, గడ్డాలు ఇక్కడి ట్రెండే కాదండీ విదేశాల్లోను చాలా ప్రత్యేకంగా చూస్తారు. అక్కడైతే ఏకంగా పోటీలు కూడా జరుగుతుంటాయి. ఇటీవలే నాష్‌విల్లేలో జరిగిన గడ్డం, మీసాల పోటీల్లో చాలామందే పాల్గన్నారు. వింతైన రీతుల్లో తెగ పెంచేసి ఇలా ఫొటోలకు ఫోజులిచ్చారు. మీసాల మీద నిమ్మకాయలు నిలబెట్టగలల్గారా అనే మాటకు పై నుంచి కిందకు చూస్తారు. అలా చూసినా వీరి బారు గడ్డాలే అడ్డొస్తాయి. ఇవి తెగ నచ్చేస్తాయి గ్రెగ్ ఆండర్సన్‌కు. న్యూయార్క్‌లోని ఇంటర్నేషనల్ సెంటర్ ఫర్ ఫొటోగ్రఫీలో శిక్షణ తీసుకున్న ఈ ఛాయా చిత్రకారుడు ఎక్కడ గడ్డం పోటీలు జరుగుతున్నాయని తెలిసినా అక్కడ ప్రత్యక్షమవుతాడు. అలా ఆయన తీసిన ఈ గడ్డం గ్యాంగ్ సిత్రాలు మీరూ చూడండి.

visit us at : www.jains.com

More Crop Per Drop



1-1-782/బి/5, పార్క్ ఎదురుగా, కెనరా బ్యాంక్ దగ్గర, గాంధీనగర్, హైదరాబాద్-080

ఆంధ్ర ఫోన్ నెంబర్లు : 9440797807, 9440797881, 9440797840

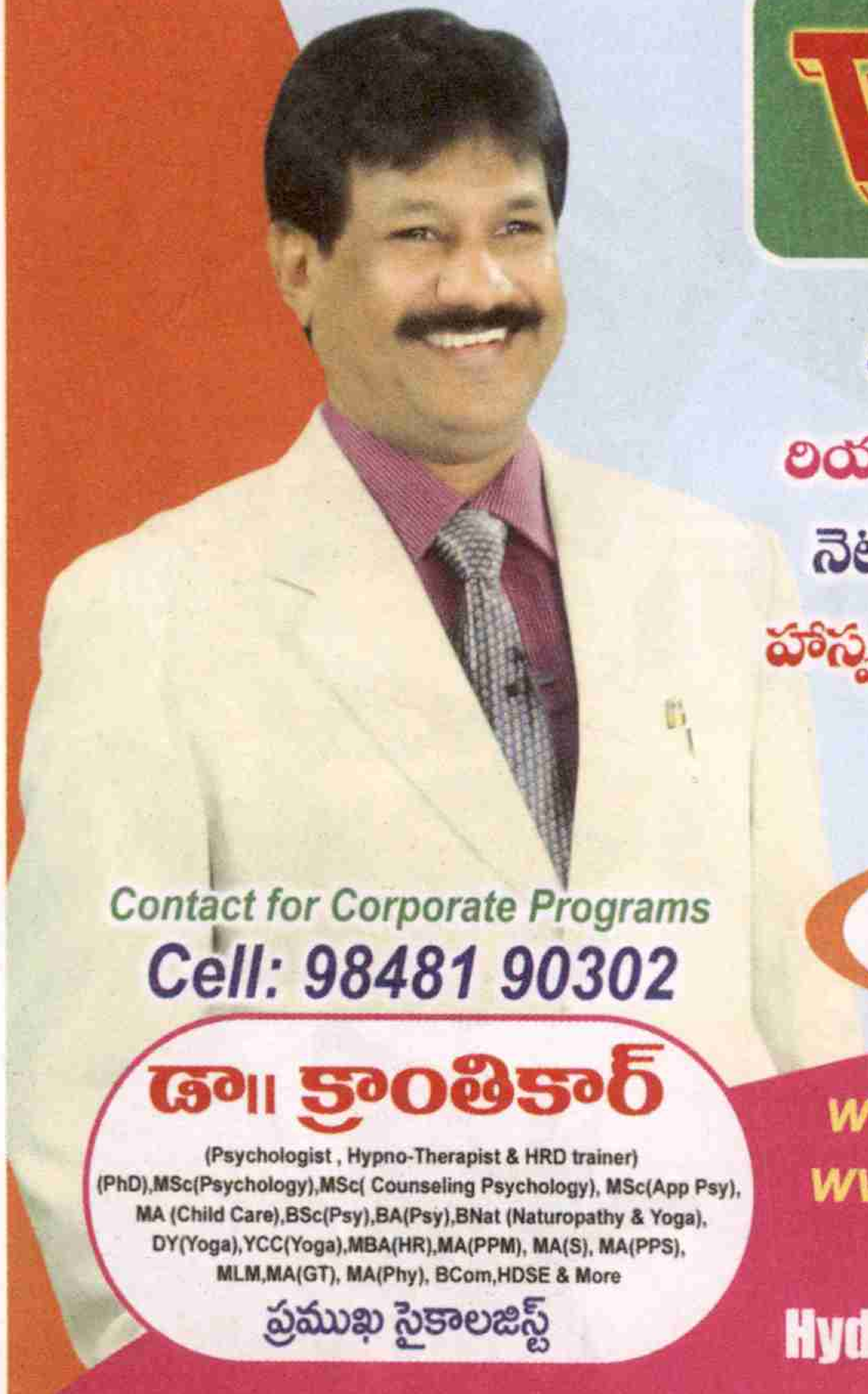
తెలంగాణ ఫోన్ నెంబర్లు : 9440797846, 9440797816, 9440797825

టోల్ ఫ్రీ: 18005997899, ఈ మెయిల్ : jainhyderabad@jains.com

VIP Vidhatha Institute of Personality Developmnet

33ఏళ్ళ అనుభవంతో **వ్యక్తిత్వ వికాసం**

రియల్ ఎస్టేట్, ఇన్సూరెన్స్, మార్కెటింగ్ ఎగ్జిక్యూటివ్స్‌కు
నెట్‌వర్క్ మార్కెటింగ్ ప్రతినిధులకు షాపింగ్‌మాల్స్
హాస్పటల్ సిబ్బందికి స్కూల్స్, ఇంజనీరింగ్, మేనేజమెంట్
కాలేజిలకు, ప్రత్యేక శిక్షణ కై సంప్రదించండి



Contact for Corporate Programs
Cell: 98481 90302

డా॥ క్రాంతికార్

(Psychologist , Hypno-Therapist & HRD trainer)
(PhD),MSc(Psychology),MSc(Counseling Psychology), MSc(App Psy),
MA (Child Care),BSc(Psy),BA(Psy),BNat (Naturopathy & Yoga),
DY(Yoga),YCC(Yoga),MBA(HR),MA(PPM), MA(S), MA(PPS),
MLM,MA(GT), MA(Phy), BCom,HDSE & More
ప్రముఖ సైకాలజిస్ట్

6,000 పవర్ పాయింట్
ప్రదర్శనలు మా వద్ద రెడిగా కలవు

websites : www.krantikar.blogspot.in
www.vidhatha.in, www.kranthikar.com
www,facebook.com/krantikar ye
Hyderabad : 93 93 11 2021, Vizag : 9440 633 610

You have Problems?
I have Solutions !
నేనున్నాను !

సమస్యలతో రండి!
సక్సెస్‌తో దూసుకుపొండి...

నత్తి, డిప్రెషన్, గుండెదడ, నరాల బలహీనత, భయం,
ఏకాగ్రత, జ్ఞాపకశక్తి, ప్రేమ వైఫల్యం, మద్యం, సిగరెట్లు,
ఖైనీ, ఆత్మవిశ్వాసం లోపించడం, మరియు అనేక
సమస్యలకు ఎంతో మంది నా వద్దకు వచ్చి
హిప్నో-సైకోథెరపీ ద్వారా పరిష్కరించుకున్నారు.
సక్సెస్ అయ్యారు, ఇక మీ వంతు, మీకు సమస్యలున్నా,
సక్సెస్ కావాలన్నా, భవిష్యత్‌లో స్థిరపడాలన్నా...

నేనున్నాను !

Contact for Corporate Programs
Cell: 98481 90302

క్రాంతికార్

(Psychologist , Hypno-Therapist & HRD trainer)(PhD),MSc(Psychology),
MSc(Counseling Psychology), MSc(App Psy), MA (Child Care),BSc(Psy),
BA(Psy),BNat (Naturopathy & Yoga),DY(Yoga),YCC(Yoga),MBA(HR),MA(PPM),
MA(S), MA(PPS), MLM,MA(GT), MA(Phy), BCom,HDSE & More

www.krantikar.com
www.vidhatha.in

Check List

Book Number	KNSR02B139	Date	03/09/22
Front Cover	yes	Back Cover	yes
Blank Pages	NO		
Missing Pages	NO		
Prepared By	Mounika	Cutting By	Mouni
Scanned By	Shameera	Pages	29